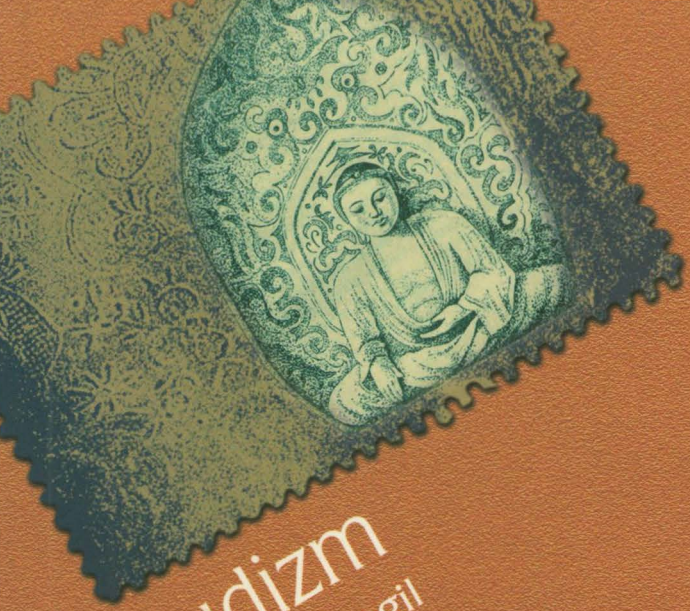

budizm

Cengiz Erengil

Kılavuz Kitaplar

insan yayınları

insan yayınları : 407
kılavuz kitaplar dizisi : 5

birinci baskı: istanbul, mart 2004

isbn 975-574-392-8

budizm
cengiz erengil

içdüzen
insan

kapak düzeni
rıdvan kuyumcu

baskı-cilt
kurtiş matbaası
www.kurtismatbaa.com

insan yayınları
keresteciler sitesi, mehmet akif cad.
kestane sok. no: 1 merter/istanbul
tel: 0212. 642 74 84 faks: 0212. 554 62 07
www.insanyayinlari.com.tr
insan@insanyayinlari.com.tr

Budizm

Cengiz Erengil

CENGİZ ERENGİL

1953 yılında İstanbul'da doğan Cengiz Erengil 1974'de İ.Ü. İktisat Fakültesi'ni bitirdi. 1976 yılında aynı fakültede master çalışmasını tamamladı. 1984 yılından itibaren, Metin Bobaroğlu'nun çevresinde oluşan kültür çalışmalarına düzenli olarak katıldı. Muhyiddin Arabi'nin Vahdet-i Vücud (Varlık Birliği) anlayışından İsmail Emre'nin tasavvufi görüşlerine, Diyalektik Mantık'tan Kant ve Hegel felsefesine kadar geniş bir yelpazeyi içeren çalışmalarda bulundu.
Us Düşün ve Ötesi, Öteki-Siz,Üçüncü Göz, E, www.dergi.org dergilerinde öykü, deneme, eleştiri yazıları yayınladı.
1998-2002 yılları arasında çeşitli Yoga ve Meditasyon okullarında grup çalışmalarına katıldı.
Felsefe, Tasavvuf, Krishnamurti ve Budist Psikloloji üzerine çeşitli konferanslar vermekte ve meditasyon uygulamaları yaptırmaktadır. Kişisel Gelişim ve Kişilik Ötesi Gelişim konularında çalışmalarını sürdürmektedir.

Yayınlanmış Eserleri:
Telif
Krishnamurti ve Philosophia, Kasım 2000 (2.baskı, Eylül 2002), Ayna Yayınevi.
Tercüme
Zihin ve Düşünce Üzerine, J.Krishnamurti'den, Mayıs 1999, Ayna Yayınevi.
Aydınlanma Nedir, John White'dan, Ekim 2002, Ayna Yayınevi.
İçsel Huzur İyi Yaşamın Kapısını Açar- Epiktetos, Sharon Labell'dan, 2003, Alkım Yayınevi.
Gündelik Yaşamda Reiki, Earlene F. Gleisner'dan, 2003, Alkım Yayınevi.
Yazarın ayrıca İnsan Yayınları tarafından yayınlanacak olan *İslam Hikmeti (Hace Han), Yol ve Dağ (Marco Pallis)* adlı çevirileri bulunmaktadır.

İÇİNDEKİLER

Önsöz 7

I. BÖLÜM

BUDA ÖNCESİ HİNDİSTAN 9

1. İndus Uygarlığına Karşı Arî Uygarlığı 9
2. Arîler'in Dini: 11
3. Upanişadlar'ın Öğretisi 12
4. Vedalar'a Karşıt Akımlar 16
5. Buda 18
6. Sidhartha Gotama'nın Hikâyesi 19
7. Buda İmgesi 30
8. Buda Doğası 31
9. Buda Disiplini 33

II. BÖLÜM

BUDA'NIN ÖĞRETİSİ 35

1. Budizm 35
2. Dört Soylu Hakikat (Ariya Sacca) 39
3. Acı Çekme ve Kendiliği Oluşturan Beşli Demet 41
4. Karma Zinciri 43
5. Sekiz Katlı Soylu Yol (Ariya Athangika Magga) 45
6. Nirvana 47
7. Aydınlanma 48
8. Meditasyon 53
9. Dharma 56

III. BÖLÜM

BUDA'DAN SONRASI 59

1. Budizm Bir Din midir? 59
2. Sangha-Dervişlik Örgütü 62

3. Budist Konsüller 63
4. Budizm'in Yayılışı 65
5. Türkler'de Budizm 67
6. Uzak Doğu'da Budizm 69
7. Hinayana Budizmi 71
8. Theravada Budizmi 72
9. Mahayana Budizmi 72
10. Chan Yolu 73
11. Chanoyu ya da Çay Töreni 74
12. Taoculuk 76
13. Konfüçyüsçülük 78
14. Zen Budizmi 79
15. Zen Budizm ve Haikular 82
16. Zen Budizm ve Psikanaliz 82
17. Nichiren Budizmi 84
18. Pure Land Budizmi 85
19. Vajrayana Budizmi 86
20. Tibet Budizmi 86
21. Dalay Lama 87
22. Budist Felsefe 88
23. Budist Psikoloji 90
24. Transpersonal Psikoloji ve Budist Psikoloji 90
25. Budizm ve Jiddu Krishnamurti 94

SONSÖZ **99**
Hindistan, Budizm ve Uzak doğu ile İlgili Kilometre Taşları 101
BİR HİKAYE 105
Büyük Zihnin Kılıcı 105
SÖZLÜK **115**
KAYNAKÇA **123**

ÖNSÖZ

"Hikmet en iyi rehber
İman en iyi yoldaştır.
Cehaletin karanlığından
Ve acısından kaç kurtul
Aydınlanmanın ışığını arabul."
(The Teaching of Buda)

"Dünyanın ilk kiliyle
son insanın hamurunu yoğurdular
Sonra da son hasatta tohumu ektiler.
İşte, yaratılışın ilk sabahı
düşüncenin son şafağında
Okuyacağı şeyi yazmış oldu böylece."
(Allan Watts, Mutluluğun Anlamı : 184)

Budizm hakkındaki bu kitapta :

Birinci bölümde Budizm'in tarihçesi nasıl, ortaya çıktığı ve geliştiği anlatılmaktadır.

İkinci bölümde Budizm'in ilkeleri "yorumsuz olarak" ve "içerik olarak" aktarılmaktadır.

Üçüncü bölümde Budizm'in günümüzdeki durumu sunulmaktadır: Budizm'in batıdaki gelişimi, Budizm ve Psikanaliz, transpersonel (kişilik ötesi ya da birey ötesi) psikolojinin Budist öğretileri ve meditasyon uygulamalarını "yöntem" olarak kullanması, Budist Felsefe, Budist Psikoloji vb.

"Yolun önünde kapı yoktur
Bir engeli aşanlar
Evreni özgürce gezebilirler."
(Kapısız Engel adlı Zen kitabından, Alan Watts, Mutluluğun Anlamı: 176)

I. BÖLÜM
BUDA ÖNCESİ HİNDİSTAN

Buda'nın yaşadığı dönemde Hindistan'da yaygın olan din, Arîler'in dini olan Brahmanizm'di. Budizm, bir açıdan Arîler'i kayıran; biçimsel ve ritüel yanları çok olan bu dine bir tepki olarak ortaya çıkmıştı. Bazı araştırmacılar tarafından bir Türk Prensi olduğu da belirtilen Buda, Hindistan'ın kuzeyinde bir bölgede dünyaya gelmişti. O bölgenin tarihi aşağıda özetlenecektir.

1. İndus Uygarlığına Karşı Arî Uygarlığı

M.S. 7000 yılında Hindistan'ın kuzeybatısında tarım uygulanmaya başlandı. Günümüzde Pakistan'ın topraklarını oluşturan, Hindistan'ın kuzeybatı bölümünde İndüs (Sind) Irmağı çevresinde Mohenco Daro ve Harappa şehirlerinde, M.Ö. 4000 yılında Mısır ve Mezapotamya uygarlıkları kadar eski olan İndus uygarlığı doğdu. Bu uygarlık en parlak dönemini M.Ö. 3000 – 2000 yılları arasında yaşamıştı. M.Ö. 2000 yılında, yılda iki

kez ürün almaya dayalı ikinci bir tarım devrimi gerçekleşti. Demir Çağı bu bölgede Tunç Çağı'nın yerini aldı. İndus uygarlığı Gang havzasına ve güneye doğru yayıldı. Su dağıtım ağları, genel hamam olarak kullanılan havuzları, evlerin düzeni bize bir şehir plânlaması ve şehir uygarlığıyla karşı karşıya olduğumuzu gösteriyor. Bu uygarlığı, günümüzde Hindistan'ın güney bölgelerinde yaşayan koyu esmer tenli Dravidler'in kurmuş olduğu sanılıyor. Hindu dininin pek çok ögesinin bu uygarlıktan gelmiş olabileceği söyleniyor. Bu şehirlerdeki havuzlar, bugünkü Hindu tapınaklarındaki havuzlara benziyor. Tanrıları ve tanrıçaları gösteren yontularda, kabartmalarda sonraki dönemlerde yapılanlara benzerlik çok yüksek oranda. Ana tanrıçanın simgelediği Bereket Dini'nin, Tanrıça Kali'nin, Tanrı Shiva'nın izlerini bu uygarlıkta bulabiliyoruz.

Bu uygarlığın, M.Ö. 1500 yılına doğru Karadeniz ile Hazar Denizi arasındaki Kafkasya bölgesinden gelen ve Hindistan'ı istilaya başlayan beyaz tenli Arîler'in etkisiyle ya da doğal afetler nedeniyle sona erdiği düşünülüyor. Arîler Farsça, Grekçe, Latince, Germen ve Slav dilleriyle aynı kökten gelen bir dil konuşuyorlardı. Kutsal yazıların dili olan Sankritçe'nin bu dilden türetildiği sanılıyor. Arîler'in kuralları arasında "varna'" denilen, toplumun hiyerarşik sınıflaması yer alıyor-

du. Ritüel tarzı saflığa göre belirlenen sınıflardı bunlar. En üstte Brahmanlar: keşişler ve din adamları; onun altında Kşatriyalar : krallar, savaşçılar, soylular; sonra Vaişyalar : ticaret ve zanaat ile uğraşanlar; sonra Şudralar : köylüler, işçiler, hizmetçiler. Bir de bu kastın dışında tutulan paryalar vardı.

Hintçe'de dört temel kast anlamına gelen "varna" sözcüğü aynı zamanda renk anlamına geliyordu. Mahabarata adlı destanda şöyle yazmaktadır: Brahmanlar beyaz tenlidir. Kşatriyalar'ın teni kırmızımsıdır. Vaişyalar'ın sarımsıdır. Şudralar'ın koyu esmerdir.

Arîler *soma* denilen keyif verici bir maddeyi, ritüel törenleri ve kurban törenleri sırasında yüksek bilinç hâllerine erişmek için kullanıyorlardı.

2. Arîler'in Dini

Göçebe yaşayan ve hayvancılık yapan Arîler, kendi kültürlerini, dillerini ve dinsel inançlarını da birlikte getirmişlerdi. Dinsel yazıları hayli gelişmişti. Brahmanizm dininin ilkelerini içeren ve tanrılar katından geldiğine inanılan Vedalar, ilâhîler ve dualardan oluşuyordu. Uzun yıllar boyunca kulaktan kulağa iletilmiş, ezberlenerek belleklerde saklanmış, sonraki dönemlerde ise dört kitapta toplanmıştı. Rig Veda, Yacur Veda, Sama Veda ve Atarva Veda.

İlk gelen Arî yerleşimciler Brahman inancını birlikte getirdiler. Brahma gizemli ve kişisel olmayan bir güç ya da ruhtu. Bütün evrene nüfuz etmişti. Süprem (en son hakikat) ve saltıktı. En son gerçeklik olan Brahma, sayısız biçimler içinde zuhur ettiği dünyadan ayrılamaz, bölünemez konumdaydı. Bu ise 'bircilik' (monism) olarak bilinen bir inançtır.

3. Upanişadlar'ın Öğretisi

İstilacı Arîler ile eski yerli toplulukların ilişkisinden M.Ö. 1000 yılında üstün özellikleri olan bir uygarlık doğdu. Bunun ilk örneklerini Sanskrit edebiyatı aracılığıyla tanıyoruz. Bunlar bilgelerin, en eski vahiyler olan Vedalar'dan yola çıkarak yarattıkları ve Upanişadlar'ın içine kattıkları mistik düşüncelerdi. M.Ö. 800 yıllarında, Upanişadlar'ın tamamlanmış olduğu düşünülüyor. Upanişad kelimesinin anlamı Gizli Öğreti'dir. O dönemde dinsel öğretiler, dışa kapalı, batınî (esoteric) dinsel toplulukların elindeydi. Öğreti, yeterlilikleri ve güvenilirlikleri sınanmış olanlara, inisiyasyon töreniyle birlikte verilmeye başlanırdı. Bu öğretinin bir bölümü, Veda öğretisinin devamı olarak ayrı bir değer taşır. Geri kalanlar ise sonraki dönemlerde oluşturulmuştur ve ilk Upanişadlar kadar önemli sayılmaz. Buda'nın öğreti-

sini oluşturan birçok görüşün temeli Upanişadlar'da bulunabilir.

İnsanda bir 'kendilik' (self) ya da ruh (soul) olarak kişileşmiş olan Brahma'ya, Atman denilmektedir. Brahma ile birleşmeyi sağlayan (denize düşen bir damla gibi) Atman'ın bu özelliğidir. Ölümden sonra çeşitli doğumlarla kendini sürdüren de budur. Daha sonraki dönemlerde Hindular, içimizdeki bu 'parlayan ışık noktası'nın hakiki özünün Brahma ile aynı olduğunu ve insanların 'bireysellik' iddialarının ise bir yanılsama olduğunu söylemişlerdir.

Upanişadlar'ın temel görüşü şöyle özetlenebilir : "Varolan nesneler farklı görünüşler sergileseler bile tek olan ve hep aynı kalan bir özü paylaşırlar. Dolayısıyla birlik ve bütünlük içindeki evrenin bize çokluk ve farklılık olarak gözükmesi, bir yanılsamadır."

Vedalar'da dinsel bilginin Brahman kastının tekelinde olmasına karşın, Upanişadlar'da bilgelerin çoğu Kşatriya (savaşçılar) kastından gelmekteydi. Kadınların Vedalar'da dinsel bakımdan etkinliği olmadığı hâlde, Upanişadlar'la bilgiyi alabilme açısından erkeklerle eşit düzeye getirilmişlerdi.

Upanişadlar'da tek Tanrı anlayışı ve varolan her şeyin Brahma'nın bütünlüğünün bir parçası olduğu düşüncesi hâkimdir: Yalnız tek bir yüce

hakikat vardır. O da Brahma'dır. Aşağıda, yukarıda, batıda, doğuda, kuzeyde, güneyde olan odur. Bütün evren Brahma'dan başka bir şey değildir. (...) Bir tekerlek düşünün. Tekerleğin merkeziyle çevresini bir arada tutan nasıl tekerleğin çubuklarıysa, her şeyi, tanrıları da dünyaları da nefes alıp veren bütün varlıkları da bir arada tutan Brahma'dır.

Upanişadlar'da insanın en iç, en derin varlığı, bütün evrenle paylaştığımız aynı özdür. Varolan her şeyin kendiliği, özvarlığı Atman'dır. Brahma'nın insandaki parçasına verilen isimdir. "Bakmadan gören, işitmeden duyan, düşünmeden bilen O'dur." Brahma ve dolayısıyla Atman, evrenin yalnız "fiziksel" ilkesi değil, aynı zamanda evrensel bilincin, evrensel zihin gücünün de ilkesidir. "Brahma Atman'dır" sözü, Upanişadlar'ın anahtarıdır. 'Ben Brahma'yım'(Aham Brahmasmi), 'Sen de O'sun'(Tat twam asi) sözlerinin anlamı böylece daha iyi anlaşılmış oluyor."

Algılarımız gerçekliği bütünlüğü içinde yansıtmadığından, zihinlerimizde eksik ve çarpıtılmış algılarımızdan kaynaklanan birer "yanılsamalar dünyası" oluşuyor. Bu yanılsamalar dünyasına verilen isim ise "Maya"dır. Algı kapıları, algı filtreleri temizlendiği taktirde her şey insana "gerçek durumuyla", "ne ise o olarak" görünür.

Cehaletten (avidya) kendimizi kurtarabilmemiz ise asıl kimliğimizi, kendiliğimizi bulmamıza bağlıdır. Bunun yolu ise Brahma'dan başka bir şey olmayan özvarlığımızı bilmemizle mümkündür.

Aydınlanmak, zihnimizi zincirleyen bağlardan kurtulmaktır. Upanişadlar'ın gösterdiği özgürlük yolu, kurtuluş (mokşa) yolu budur. Bunu başarabilmek için zihnimiz yoga diye bilinen eğitimden geçmelidir. Bu eğitimin yöntemi ise meditasyondur. Vedalar'da hiç değinilmeyen yoga ve meditasyon konularında, Upanişadlar'da ayrıntılı bilgiler vardır. Yoga ve meditasyon bilgilerinin kaynağını, Arîler'den önceki şehir uygarlıklarından geldiği düşünülmektedir.

Algı kapıları temizlenmeden, algı filitreleri temizlenmeden, aklın ve akıl yürütmenin sınırları, olanakları aşılmadan bu kurtuluşa, bu özgürlüğe ulaşılamaz. Yoga ve meditasyon çalışmaları uzun süreli eğitim gerektirdiğinden ancak bir yol göstericinin (Guru'nun) çizdiği yolda sabırlı bir çabayla yürünerek amaca ulaşılabilir. Bedenli olarak yaşarken bu özgürlüğe, kurtuluşa, mutluluğa erişenlere "civanmukti" denir. Yüreğimizdeki bütün arzuları, tutkuları, şehveti, şiddeti, korkuyu söker atarsak, ölümsüzlüğe erişebiliriz. Bedenli olarak yaşarken Brahma'ya ulaşabiliriz. Brah-

ma'nın temel niteliği kutsamadır (Brahmananda).

Kurtuluşa bu yaşamda ulaşamayanlar, daha iyi bir durumda yeniden doğabilmek için iyi şeyler yapmalı, hayır işlemelidir. İyi davranışlar geliştirmelidir. Görevlerini (dharma) yerine getirmelidir. Bunlar "Yeniden doğum" ve "karma" konularıdır.

"Tanrı her şeydir. Evrende var olan bütün görüntüler, duyular, arzular ve işler Tanrı'dan zuhur ederler. Fakat bütün bunlar sadece isim ve şekillerdir. Tanrı'yı tanımak için, kişinin kendisi ile kalbinin derinliklerinde gizli olan Tanrı'nın aynı Varlık olduğunu idrak etmesi gerekir. Kişi ancak bu şekilde bütün ıstıraplardan ve ölümden kurtulur, her bilginin ötesindeki cevher ile bir olur." (Mehmet Ali Işım, Upanişadlar : 97).

4. Vedalar'a Karşıt Akımlar

Buda'nın yaşadığı Kuzeydoğu Hindistan bölgesi Arîler'in saldırılarına karşı bir tepkinin uyandığı yörelerdir. Brahmanizm'e karşı olan Caynizm ve Budizm bu bölgede ortaya çıkmıştır ve kurucuları Kşatriya kastındadır. M.Ö. 600 yıllarında bu bölge dervişlerle, orman bilgeleriyle, filozoflarla, gurularla doluydu. Her birinin ayrı öğretisi, ayrı bildirisi vardı. Himalayalar'ın eteklerinde kurgusal düşüncelerle içsel yaşantılara uygun bir ortam vardı. Ritüelcilerle gizemciler, materyalistlerle idealist-

ler, akılcılarla kuşkucular, Brahmanlar'la kşatriyalar, Arîler ile Arî olmayanlar tartışıyorlardı.

M.Ö. 600 yıllarında iki inanç akımı doğdu: Günümüzde Hindistan'ın batı kıyılarındaki tüccar sınıf arasında hâlen varlığını sürdürmekte olan Cayna dini (ya da mezhebi) ve özellikle dünyevî acılardan kurtulup Nirvana'ya ulaşma düşüncesine dayalı Budizm. Cayna dininin kurucusu, Büyük Kurtarıcı (Mahavira) adıyla tanınan Vardhamana, Buda'nın çağdaşıydı. Kuzey Behar'da M.Ö. 599 yılında doğdu, 30 yaşına kadar aile yaşamını sürdürdü, sonra evinden ayrılıp meditasyonla on üç yıl geçirdi. "Ruhsal dünyayı fetheden" lakâbını aldı. Caynizm'in kaynağı budur. Sonraki yaşamını, kurucusu olduğu bu dini yaymakla geçirdi ve M.Ö. 527 yılında 72 yaşında öldü. Caynacılar yaratıcı bir tanrıya inanmazlar. Sert bir disiplin uygulayarak maddesel varoluş alanının tutsaklığına karşı koymayı, bu sayede ruhu karmanın işleyişinden kurtarıp, ebedî bilgelik kutsamasına ulaştırmayı amaç edinirler. Özgürlük dünyevî varoluştan bağımsızlaşmaktır.

"Mahavira, Vedalar'a, hayvan kurban edilmesine ve kast düzenine karşı çıkmıştı. Evreni canlılar (civa) ve cansızlar (aciva) oluşturuyordu. Her bireyin, öteki bireylerden ayrı bir ruhu vardı. Bu ruhların üstünde ya da ötesinde bir "evrensel

ruh" ya da "Tanrı" olduğunu kabul etmiyordu. Yeniden doğum (reincarnation) inancı vardı. Bir daha dünyaya gelişimizdeki durumumuzu belirleyen, önceki yaşamlarımda işlediğimiz iyi ya da kötü fiillere göre ödüllendiren ya da cezalandıran bir Tanrı değil, bir çeşit neden sonuç yasası olan "karma yasasıydı". Amaç, ruhu maddenin tutsaklığından kurtarıp, ona aslî saflığını, maddeye bulaşıp bozulmadan önceki durumunu yeniden kazandırmaktı. Cayna dininin üç incisi : Doğru iman, doğru bilgi ve doğru davranış'tı." (İ.Güngören, Buda ve Öğretisi : 35, 39)

5. Buda

Buda, Budizm'in kurucusu olan bir Hint filozofudur. Cemil Sena Ongun ve Cavit Sunar onun Saka Türkleri'nden olduğunu belirtmektedirler. Asaf Halet Çelebi ise onların bu görüşlerine katılmamaktadır.

Buda sözcüğü aynı zamanda "uyanmış ve aydınlanmış olan" anlamına gelir. Buda, M.Ö. 563 yılında Benares'in kuzeyinde Kapilavastu'da, Sakya kabilesinin kralının (rajah) oğlu olarak dünyaya gelmiştir. Buda'nın kişisel ismi Sidhartha'ydı. Aynı zamanda ailesinden gelen soyadıyla, Gotama olarak da biliniyordu.

"Buda Gotama'nın izleyicileri, uyanmış ve her

zaman gözlemci olan insanlardır. Gece ve gündüz en üst Kontamplasyon (sezgisel yönü ağır basan tefekkür) içinde sevinç bulurlar." (Dhammapada, Penguin, s.78.)

"Babası onu hükümdar olmaya hazırlıyor, hayatın acılarını ve zorluklarını kendisinden saklamaya çalışıyordu. Zevk ve sefa içinde yaşamaya teşvik edilen genç prens Buda, güzel bir genç kızla evlendirildi. Yıllar böyle geçerken, bir gün bir gezinti sırasında Buda bir cenaze, bir hasta ve bir yaşlı adamla karşılaştı. Çok etkilendi ve "demek ki hayatın başka yanları da var" diye düşündü. Otuz yaşlarındayken sarayı, saraydaki lüks yaşamını, güzel karısını ve bütün dünyevî tutkularını terketti. Bir zahit oldu. (Zahit = ascetic = kendisini genellikle dinsel nedenlerle bedensel zevklerden sıyırmış kimse). Yıllar süren sade bir yaşamdan sonra bir gün "Bo" ağacının altında meditasyon ve kontamplasyon yaparken "Aydınlanmaya Giden Yolu" gördü. Kırk yıl boyunca bu yolu insanlara öğretti. Bir çok öğrenci ve takipçisi oldu. M.Ö. 483 yılında Kusingagara'da öldü." (Rosemary Goring : 77) Müritlerinin tuttuğu notlardan, Budizm öğretisi ortaya çıktı.

6. Sidhartha Gotama'nın Hikâyesi

Bir zamanlar Hindistan'ın kuzey doğusunda, Ne-

pal yaylalarının eteklerinde, Rapti Irmağı kıyısında eski bir İskit boyu olan Saka Türkleri'nin soyundan geldiklerine inanılan Sakyalar yaşardı. İndus ile Oksus arasında yaşayan Sakalar'la akrabaydılar. Arîler'in etkisiyle doğuya göç etmişlerdi. Dilleri, Aryan dillerinden, Sanskritçe'ye çok benzeyen Pali dilinin bir lehçesi olan Koşala'ydı. Halk tarafından seçilen yöneticilerine raja derlerdi. Ülkelerini bir hükümetle yönetirlerdi.

Sakya kelimesi kudretli anlamına gelmekteydi. Baş şehir Kapilavathu dışında Gatuma, Samagama, Devadaha, Khomadusa, Silavati, Nalgaraka, Medolampa, Sakkara isimli şehirleri de vardı. Şehirlerin etrafı koyu yeşil yapraklı mango ve demirhindi ağaçlarından oluşan koruluklarla çevriliydi. Tarıma önem veriliyordu, özellikle pirinç tarımına. Sala ağaçlarından oluşan küçük koruların arasındaki alanlarda yer yer pirinç tarlaları vardı. Himalaya dağlarından kaynaklanan nehirlerin taşıdığı sular verimli bir ortam sağlıyordu. Sakyalar çok çalışkandılar. Anaerkildiler.

Başşehir Kapilavathu'nun dar sokaklarında filler, iki tekerlekli arabalar, atlar ve yayalar dolaşıyordu. Şehrin sarayları göz kamaştırıyordu.

Budist kaynaklar bu ortamda doğan Sidhartha Gotama'nın hikayesini şöyle anlatır:

Bundan ikibin altıyüz yıl önce Kapilavathu'daki

görkemli sarayında yaşayan bir Sakya rajası vardı. Adı Sudhodana Gotama'ydı. Koşala lehçesinde Sudhodana kelimesi saf pirinç anlamına geliyordu. Karısı Mahamaya bir lotus çiçeği kadar güzel ve saftı. Kocasına ve herkese saygı gösteren, arzusuz ve lekesiz yaşayan bir kadındı. Yaz şenliklerinin yapıldığı günlerden birinin akşamında, kutsal bir rüya gördü. Hortumunun ucunda açmış bir lotus çiçeği tutan beyaz bir filin çevresine nurlar saçarak, ihtişamla göklerden indiğini ve sağ böğründen rahmine girdiğini gördü. Ertesi sabah, gördüğü rüyayı heyecanla kocası Sudhodana'ya anlattı. Raja Sudhodana, rüyaları yorumlayan Brahmanlar'ı sarayına çağırıp, onlardan kraliçe Mahamaya'nın rüyasını yorumlamalarını istedi. Brahmanlar Mahamaya'nın bir erkek çocuk dünyaya getireceğini, bu çocuğun ya bütün dünya ülkelerine egemen bir raja ya da dünyayı cehaletten, yanılsamalardan ve şiddetten kurtaracak bir Buda olacağını söylediler.

Mahamaya'nın hamileliğinin dokuzuncu ayından itibaren göklerde ve yeryüzünde çeşitli alâmetler belirdi. Bu belirtiler, işaretler meydana gelecek olayları göstermekteydi. Mahamaya doğum saatinin yaklaştığını hissettiğinde kocasından kendisini Devadaha'da oturan babasının yanına göndermesini istedi. Yolculuk ekibi hazırlandı, Mahamaya tahtırevanına oturdu ve yola çıkıldı.

Nepal'in güneyinde ve Kapilavathu'nun doğusunda bulunan Lumbini Koruluğu'ndan geçerlerken, Mahamaya durmak istediğini bildirdi. Altın işlemeli tahtırevanından inip ağaçların arasında yürüdü. Çiçeklerin kokusunu içine çekti ve kuşların şarkısını dinledi. Bir an için başı döner gibi oldu. Koruluğun ortasındaki dev bir banyan ağacının dalına dayanmak için elini uzattı. Dal kendiliğinden ona doğru eğildi. Bu hâliyle, ayakta dururken, hiçbir ağrı duymadan ve hiçbir acı çekmeden Devalar'ın yardımıyla doğum yaptı. Devalar beyaz bir ışıkla parlamakta olan çocuğa Benares ipeklisinden bir elbise giydirdiler. Elbiseye çocuğun kalbinin hizasına bir küçük elmas takı taktılar. Devalar çocuğu annesinin kucağına verdiler. "Sevininiz kraliçemiz" dediler, "kudretli bir oğul doğurdunuz." Çocuk hemen ayakta durdu ve dört yöne doğru yedişer adım attı. "İnsanları cehaletten ve acıdan kurtarmak için dünyaya geldim" dedi. Aynı gün çocuğun ilerde evleneceği Yasodhara, en sevdiği öğrencisi olacak Ananda, arabacısı olacak Channa ve atı Kahthakada doğdu.

Mahamaya kucağında bebeğiyle tahtırevanına doğru yürürken Lumbini Koruluğu'nun çevresindeki yerleşim yerlerinde dilsizlerin dili açıldı, körler görmeye başladılar, topallar yürüdü. Bütün ağaçlar çiçek açtı.

Mahamaya yolculuğuna devam etti ve Devadaha'da oturan babasının sarayına gitti. O gece kızkardeşi Mahapajapati ile yalnız kaldıklarında, ona şunları söyledi: "Sevgili kardeşim. Yakında ben bedenimi terkedeceğim. Oğluma senin annelik yapmanı istiyorum. O çok farklı bir çocuk. Bana söz vermeni istiyorum." Mahapajati önce kabul etmediyse de sonra ağlayarak kabul etti ve ablasına söz verdi.

Ertesi gün Mahamaya kardeşi Mahapajapati'yi de yanına alarak sarayına döndü. Raja Sudhodana oğlu ile gözgöze geldiği an, içi büyük bir güçle doldu. Doğumdan yedi gün sonra Mahamaya ağrısız ve acısız bir şekilde, mutluluktan gülümseyerek öldü. Raja Sudhodana karısının kız kardeşi Mahapajapati ile evlendi.

O yıllarda Himalaya dağının eteklerinde yaşayan Asita isimli bir münzevi vardı. Gördüğü bir çok alâmet dolayısıyla olağanüstü bir ruhun beden aldığını anlamıştı. Raja Sudhodana'nın sarayına giderek, çocuğu görmek istedi. Çocuğu görmesine izin verildi. Sidharta, bir potada eritilmiş altın gibi bir ışıkla parlıyordu. Güzelliği ölçülerin ötesindeydi. Bir aleve benziyordu. Gökyüzündeki yıldızlar gibi parlıyordu. Bulutların arasından sıyrılmış bir sonbahar güneşine benzeyen bu çocuğa bakan Asita, sevinçle doldu. Manevî gözüyle

Devalar'ın bin katlı bir gölgelik tuttuğunu, altın saplı yak kuyruklarını salladıklarını gördü. Başı üzerinde beyaz gölgelik olan ve turuncu bir kumaş üzerine konmuş iri bir elmasa benzeyen bu çocuğa karşı büyük bir sevgi duydu.

Asita, Satyalar'ın rajası Sudhodana'nın önüne gidip, onu selâmladı ve sevinçten çınlayan gür bir sesle şunları söyledi: "İşte, kimseyle kıyaslanamaz olan, bütün insanların başı olan, odur." Sonra kendi ihtiyarlığını düşünerek derin bir yeise kapıldı ve ağlamaya başladı. Onun ağladığını gören Sudhodana ve Mahapajapati şaşırdılar. Sudhodana korkuyla, "Çocuğun geleceğinde bir tehlike mi gördün?" diye sordu. Münzevi ermiş Asita şöyle dedi : "Bu çocukla ilgili olarak kötü hiçbir şey görmüyorum. Ona hiçbir tehlike gelemez, çünkü o sıradan bir varlık değil. Korkmayın, en yüksek ilham nuruna erecek, Dharma çarkını çevirecektir. Çok açıklık içinde bir görüşe sahip olacaktır. Birçok insanın ebedî mutluluğu için sonsuz bir şefkat ve merhametle, kutsal hayatının etkisini çok uzaklara kadar yayacaktır. Ben ise yaşamımın son demlerindeyim. Onun Dharma çarkını çevirmesini izleyemeyeceğim. Bunun için bir an kederlendim. Hepsi bu."

Sonra münzevi ermiş Asita, çocukta gördüğü otuz iki alâmeti açıkladı: "Ayak tabanlarında bin

çizgili tekerlek şekli var, topukları gelişmiş ve yuvarlak, ayak parmakları uzun, elleri ve ayakları yumuşak, ellerinde ve ayaklarında çizgiler var, bacakları gazal bacağı gibi, kolları ayaktayken eğilmeden dizkapaklarını tutabilecek kadar uzun, erkeklik uzvu bir kın içinde saklı, bedeni tunca ve rengi de altına benziyor, derisi toz tutmayan ince bir yağla kaplı, kaşlarının ortasında ince beyaz kıllar var... Eğer sarayda kalırsa cihana hâkim bir hükümdar olacak. Eğer sarayı bırakıp zahitlerin gezgin hayatına katılırsa bir Arhat, bir Buda olacak."

Sözlerini bitirdikten sonra ermiş Asita saraydan ayrıldı. Sudhodana ve Mahapajapati'nin içini sevgi, saygı ve sevinç kaplamıştı. Ermiş Asita'nın sözlerinin etkisiyle çocuğa 'amacını gerçekleştiren' anlamına gelen Sidhartha ismini koydular.

Sidhartha Gotama için süt nineleri ve bakıcılar tutuldu, Mahapajapati'ye yardım ediyorlardı. Çocuğu sıcaktan, soğuktan, yağmurdan, tozdan korumak için başının üzerinde beyaz bir şemsiye taşıyorlardı. Bir lotus çiçeğine benziyordu, halkın sevgilisi olmuştu. Sesi, Himalayalar'da yaşayan karavika kuşlarının cıvıltısı gibi güzeldi. Önceki hayatında yaptığı işlerin sonucu olarak bakışları çok keskindi. Devalar'ın gördüğü her şeyi, geleceği görebiliyor, hakikatleri keşfedebiliyordu.

Daha dört yaşındayken Sakyalılar'ın geleneksel Tarla Sürme Şenlikleri sırasında Raja Sudhodana şenliğin açılışı için sabanını sürmeye başladığında, oğlunun bir ağacın altında yogi gibi oturduğunu ve meditasyona daldığını görmüştü. Rajanın oğlu saatlerce meditasyonda kalmış, ağacın gölgesi onu güneşte bırakmamak için yerinden kımıldamamıştı. Bu durumu izleyen raja, oğlunun karşısında eğilmiş ve ona saygısını belirtmişti. O gece Sudhodana yerdeki işlemeli Hint halısının üzerinde bağdaş kurup oğluyla yüzyüze oturdu. Gece boyunca bildiği kadarıyla Dharma'yı ona açıkladı.

Sidhartha'nın çocukluğu olağanüstü olaylarla geçiyordu. Bir gün bir tapınağa girdiğinde, tapınılan semboller canlanıp ona secde etmişlerdi. Okulda kısa zamanda okumayı ve yazmayı öğrenmişti. Sınıfta hep birinci geliyordu. Babası onun için üç saray yaptırmıştı: Birincisi yağmur mevsimi için, ikincisi yaz mevsimi için ve üçüncüsü kış mevsimi içindi.

Sidhartha on altı yaşına geldiğinde ülkedeki bütün gençlerin katıldığı bir savaş sanatları yarışması düzenlendi. Ok atma yarışında, attığı ok yedi ağacı delip geçerek hedefine ulaştı. Sidhartha her dalda birinci gelince, Suprabudha kızı Yosadhara'yla evlenmesine izin verdi. Rahula adını verdikleri bir oğulları oldu. On üç yıl saraylarında

keder, acı ve ıstıraptan uzak mutlu yaşadılar.

Sidhartha yirmi dokuz yaşına geldiğinde babasına, çevre koruluklarda gezintiye çıkmak istediğini söyledi. Babası arabacı Channa'ya haber gönderip, Kanthaka isimli atla arabasını hazırlamasını emretti. Birinci gezintisinde ihtiyarlık ile, ikincisinde hastalık ile, üçüncüsünde ölüm ile ve dördüncüsünde gezgin bir dervişle karşılaştı. Sidhartha arabasından inip 'Neden başınızı traş ettirip sari giymişsiniz' diye sordu. 'Ben evini barkını terketmiş biriyim' dedi adam. 'Bu sözün anlamı nedir' diye sordu Sidhartha. 'Bu sözün anlamı insanın kendisini huzur içinde başkalarına hizmet etmeye, hayır işlemeye ve daima iyilik yapmaya adamasıdır' dedi adam.

Sidhartha Gotama çok etkilenmişti. Arabacı Channa'ya saraya dönmesini, kendisinin orada kalacağını söyledi. "Peki" deyip, uzaklaştı arabacı. Sidhartha hemen orada saçlarını kesip, elbiselerini çıkarttı ve bir sari giyerek dervişlerin gezgin hayatına katıldı. Köylerde dolaştı, yemek dilendi, gurulardan ve bilgelerden ders aldı. Bilge Alara Kalama'dan meditasyonun tüm aşamalarını, Atman öğretisini öğrendi. Kalama ona şöyle dedi: "İnsan kendini kendinde yok etmeyi öğrenince, kuş nasıl kafesinden kaçıp kurtulduğunda özgürce göklerde uçarsa, ruh da öyle be-

denden kurtulup özgürlüğe ve aydınlanmaya erişir." Sidhartha o gece meditasyon yaparken bu sözleri düşündü ve kendi kendine şöyle dedi: "Ben tam ve mutlak bir kurtuluş, uyanış, aydınlanma istiyorum. İnsan bir ruha bağımlı olmaktan da kendisini kurtarmalı."

Sidhartha ertesi gün Kalama'nın yanından ayrıldı. Taşlık bir araziden geçerken karşısına Mara çıktı ve ona eğer dervişlik yolunu bırakıp sarayına ve ailesine dönerse, yedi gün içinde dünyanın hükümdarlığını vereceğini söyledi. "Hayır" dedi Sidhartha, "sözümden ve yolumdan dönmeyeceğim."

Sidhartha altı yıl boyunca oruçlarla, meditasyonlarla, bir deri bir kemik kalana kadar manevî çalışmalar yaptı. Bir gece rüyasına Mahamaya girdi ve oğlunun bedeninin bu kadar zayıfladığını görüp gözyaşı döktü. Sidhartha katı çileci yaşam üslûbunun aydınlanmak için yeterli olmadığını anladı. Ertesi gün yakınlardaki bir ormana yürüdü, akşam olduğunda o bölgede kutsal sayılan ve Bilgelik Ağacı denilen büyük bir incir ağacının altına oturdu. Kendi kendine, "Bedenim kurusa bile tam aydınlanmaya ulaşmadan buradan kalkmayacağım" dedi. Mayıs ayının dolunay gecesiydi. Köy ağasının kızı Sucata, kutsal incir ağacına sunmak için süt ve pirinç karışımı olan bir yiye-

cek hazırlamıştı. Bağdaş kurmuş, gözleri kapalı oturan Sidhartha'yı görünce onu ağacın perisi zannetmiş ve getirdiği yiyeceği onun önüne bırakmıştı. O gece Mara ve yardımcıları tekrar önüne gelip, onu yoldan çıkarmaya çalıştılar. Sidharta'nın onlara söylediği söz, "Bilgelerin hakiki bilgeliğinin peşindeyim" oldu. Sonunda Mara ve kızları (arzu, şehvet ve tutku) yenilip yanından ayrılmak zorunda kaldılar. O gece meditasyondayken, keşf gözüyle daha önceki yaşamlarını, bir bedenden çıkıp öteki bedene giren parlayan yıldız formundaki kendi varlığını gördü. Dünya yaşamındaki acıyı ve acıdan kurtuluşu, Dharma bilgisini, meditasyonu, derviş topluluğu Shanga'nın önemini gördü. Sabaha karşı güneş ilk ışınlarını yayarken Sidharta gözleri açık bir şekilde meditasyon yapıyordu. O sırada tam ve en son aydınlanmayı yaşadı. Şöyle dedi "Yanılsamalardan kurtardım kendimi."

Sucata'nın bıraktığı yiyeceği kırk dokuz parçaya böldü. Yedi gün Bilgelik Ağacının altında oturdu; yedi gün ayakta durdu; yedi gün ağacın çevresinde dolaştı; yedi gün Racayatana ağacının altında oturdu; yedi gün Akapala ağacı altında, yedi gün Mukalinda ağacı altında, yedi gün Racayatana ağacının altında oturdu. Böylece 49 günü tamamladı ve Dharma'yı açıklamak için Benares'e doğru yola çıktı. Takipçileri oluşmaya başladı.

Takipçileri çoğaldıkça, Buda'nın öğretilerine dayalı bir dinsel düzen oluştu, manastırlar kuruldu. Aydınlanmadan sonra kırk yıl boyunca bütün Hindistan'ı dolaştı. Öldüğünde seksen yaşındaydı.

7. Buda İmgesi

Budist geleneğin erken tarihinde Buda, imgesel biçim ile temsil edilmiyordu. Buda'nın küllerinin ve diğer "kutsal emanetlerin" gömüldüğü stupalar ve Buda'nın altında aydınlanmayı deneyimlediği "Aydınlanma Ağacı", Budistler'in erken dönemlerde tapınma nedenleriyle kullandıkları sembollerdi. Diğer erken dönem Budist semboller ikonografik olarak hazırlanıp kullanılıyordu. Bunlar arasında Buda'nın öğretisini ve onun 'asil güneş' şemsiyesini temsil eden tekerlek sembolü de vardı.

İlk Buda imgesi, milattan sonra ikinci yüzyılda Kanishka'daki Hindistan Kushana (Kuşana) Krallığı'nda kullanılmaya başlandı. Yeni Mahayana öğretisinde sevgi ve tapınma duygularını arttırmak için kullanılmasıyla Buda imgelerinin sayısı çoğaldı.

İki çeşit Buda imgesi vardır:

1. Hint tipli Buda figürleri Mathura'da üretilmişti,

2.Helenistik tipli Buda figürleri kuzeybatı Hindistan'daki Gandhara'da üretilmiştir.

"Buda imgelerini üreten sanatçılar, bir "Büyük İnsan"ın sahip olduğu 32 özelliği kullanma geleneğini sürdürdüler. Örneğin saçlar başın üzerinde topuz yapılır ya da türbanlanır. Kulaklar büyüktür. Alında bir işaret vardır. Ellerin ve parmakların duruş şekilleri (mudralar) çok önemlidir. Buda'nın yaşamında karşılaştığı olayları sembolize eden mudralar, inançlı bir Budist'e hemen bir hikâye anlatmaya başlar.

Budist dünyanın her yanında farklı boyutlarda, biçimlerde ve farklı üslûplarda üretilmiş Buda imgelerine rastlanabilir. Örneğin Çin'de Loyang yakınlarındaki Lung Men Mağaraları'nda boyutları on sekiz metre ile birkaç santimetre arasında değişen yüz bine yakın Buda imgesi vardır." (Rosemary Goring : 77)

8. Buda Doğası

Güçlü ve soylu olan, içsel kahramanlık yaşamı yaşayan, her şeyi fethetmiş olan, her zaman saf olan, yolculuğun sonuna ulaşmış olan, Buda gibi uyanmış olan bir insana Brahmin denir.

Buda doğası kavramı, her canlı varlığın içinde taşıdığı içsel potansiyeli ifade eder. Genellikle in-

sanlar içlerinde taşıdıkları bu potansiyelden, bu "krallık"tan habersizdirler. Fakat bir kere "uyandıklarında" ve bu hazinenin örtüsünü açtıklarında, tinsel olarak gelişmeye başlarlar. Buda doğası bir "tinsel embriyo" gibidir ve bütün canlı varlıkların içindedir. Dolayısıyla her canlı varlık Buda olabilir çünkü Budalık potansiyeline sahiptir. Bu kavram Mahayana Budizmi'nde geliştirilmiştir ve Tathagata-garbha ya da Buda potansiyeli fikriyle bağlantılıdır. Bu kavram Zen Budizm için çok önemlidir.

Zen meditasyonunun amacı, insanın içindeki Buda doğasını açığa çıkartmasıdır. Bu dünyada yaşamanın ereği ise insanın herkese içindeki Buda doğasını gösterecek şekilde yaşamasıdır. Yemek pişirme, bahçe düzenleme, temizlik yapma gibi alçak gönüllü hizmetlerle de bu gerçekleştirilebilir. Bütün bunlar "içsel dinginlik" ile yapılır. (İslâm'daki "sekinet" kavramıyla benzerlik taşır.) Böyle bir yaşamda her şey kendiliğinden ya da doğaçlamayla, doğal bir şekilde yapılır.

"Bütün insanların Tanrı'nın suretinden yaratıldığı şeklindeki Hristiyan kavramından ve bütün insanların bir ruh (Atman) ya da kendilik (self) ile doğdukları şeklindeki Hindu kavramından kavramsal olarak çok farklı olsa da, Buda doğası kavramı bütün insanlara evrensel bir imkân ve ümit

sağladığı için bir benzerlik de taşır." (Rosemary Goring : 77,78)

"Buda, Bo ağacının altında aydınlanmaya ulaştığında, 'Her şeyde ve her bireyde Buda doğasını görmek ne kadar harikulâde', demişti. Onun söylemek istediği şey, zazen (meditasyon) uyguladığımızda Buda doğasına sahip olduğumuz ve her birimizin Buda olduğumuzdur. Uygulama derken, yalnız Bo ağacının altında oturmayı ya da bacaklarınızı çaprazlayarak oturmayı kastetmiyordu.... Buda'nın söylemek istediği, dağların, ağaçların, akan suların, çiçeklerin ve bitkilerin, yani her şeyin, olduğu gibi Buda'nın yolu olduğudur. Bu, herşeyin Buda'nın faaliyetini aldığı, her varlığın kendi yolu olduğu anlamına gelir." (Shrunyu Suzuki : 138,139).

9. Buda Disiplini

Buda Sasana, Buda Disiplini anlamına gelen bir terimdir. Asya ülkelerinde Budizm dini ile eş anlamlı olarak kullanılır. Budist dinsel gelenek kavramına eş olarak Budist cemaati, ritüelleri, ahlâksal ilkeleri, sosyal gelişimleri ve Buda'dan kaynaklanan tinselliği içerir.

Örneğin Burma, Sri Lanka ve Tayland gibi ülkelerde Buda Sasana konsülleri, hükümete ait ajanslar olarak kurulmuşlardır ve Budizm diniyle

ilgilenirler.

"Şu beş şeyle olan bağınızı kesin : bencillik, şüphe, yanlış sofuluklar, şehvet ve nefret. Şu beş şeyden kurtulun : bir bedenle doğma arzusu, bedensiz doğma arzusu, bencillik, huzursuzluk, cehalet. Şu beş şeyi geliştirin : iman, gözlemcilik, enerji, kontamplasyon, vizyon. Şehvet, nefret, aldanış, gurur ve yanlış görüş zincirlerini kırmayı başaran kişi, nehrin öteki yakasına geçmeyi başarmıştır." (Dhammapada, Penguin, s.87.)

"Theravada Budizmi'nde, Buda Sasana'nın Buda'nın öğretisinin dokuz özel biçimi olarak özel bir anlamı vardır: 1) Çözümlemeler, 2) Söylevler, 3) Yorumlar, 4) Mucizeler, 5) Önceki Yaşam Hikâyeleri, 6) Resmi Açıklamalar, 7) Düzyazılar, 8) Atasözleri, 9) Mısralar." (Rosemary Goring : 78)

II. BÖLÜM
BUDA'NIN ÖĞRETİSİ

1. Budizm

Budizm'e göre bir insan çok az kutsal söz söylüyor fakat bu sözlerin yaşantılarını yaşıyorsa, tutkudan, nefretten ve yanılsamadan özgürleşmişse, doğru görüşe ve özgür bir zihne sahipse, şimdi ve sonrası için hiçbir arzu susuzluğu yoksa, böyle bir insanın yaşamı "Kutsal Yaşam"dır.

Günümüzde beş yüz milyondan fazla takipçisi olan Budizm; 2500 yıl önce Hindistan'da (Bharat) ortaya çıkmış bir düşünce ve pratik (uygulama) geleneğidir. Şimdi dünya çapında bir din olmuştur. Budizm'in ilkeleri Buda'nın (Sidhartha Gotama) öğretisinden alınmıştır. Buda, süregiden bir aydınlanmış varlıklar silsilesinden biri olarak görülmektedir. Budistler, dünyevî arzulardan sıyrılarak aydınlanmaya erişenlere "Buda" derler. Bazıları Budizm'i bir din, bazıları bir felsefî bir sistem olarak kabul eder. Budizm Tanrı'dan hemen hemen hiç bahsetmez.

Buda'nın öğretisi "Dört Soylu Hakikat" içinde özetlenmiştir. Dördüncü seviyede insan evrensel deneyim olan acıdan kurtulur. Acıdan kurtuluşu sağlamak, yolun varolduğunu onaylar. Öğretinin merkezindeki ilkelerden biri, Karma kanunudur. İyi ve kötü fiillerimiz, bu yaşamdayken mükâfat ya da cezayla sonuçlanır ya da tekrar doğumlara yol açar. İnsanlar, karma zincirini kırabilirler.

Buda'nın Yolu'na teslim olmak, Sekiz Katlı Yol içinde belirtilen ahlâksal çalışmalar (sila), meditasyon (samadhi) ve hikmet (panna) aracılığıyla gerçekleşir.

Budizm'de işlenmemesi gereken on büyük günah şunlardır: Adam öldürmek, hırsızlık, iffetsizlik, yalan, iftira atmak, kötü söz söylemek, dedikodu yapmak, kıskançlık, kötülük yapmak ve imansızlık.

Buda'nın Sekiz Katlı Yolunun amacı Nirvana'dır. Nirvana bütün arzu, öfke ve benlik ateşlerinin 'sönmesi' ve kendiliğin, sonsuzluğun içinde çekilmesi, emilmesidir. Tüm dikkatin, ilginin, zamanın, enerjinin bu işte yoğunlaşmasıdır.

Budizm'de bütün Budalar'a büyük saygı gösterilir. Gotama'nın ise özel bir önemi ve yeri vardır.

"Budist cemaat içinde her zaman düşünce ve uygulama farklılıkları olmuştur. Üç temel Budist gelenek şunlardır:

1. Hinayana (Küçük Araç, Küçük Yol) Budizmi

2. Mahayana (Büyük Araç, Büyük Yol) Budizmi, ki özellikle Uzak Doğu'da yaygındır.

3. Vajrayana (Elmas Araç, Elmas Yol) Budizmi, ki özellikle Tibet'te ve dünyaya yayılmış Tibet cemaatlerinde yaygındır. Tibet Budizminden farklıdır.

Bu üç gelenek Batı ülkelerinde de faaliyet göstermektedir.

Budizm'in ilk dönemlerinde gelişen Hinayana geleneğini günümüzde Theravada Budizmi temsil etmektedir. Hindistan, Sri Lanka, Güneydoğu Asya'da bulunmaktadır. Hinayana geleneğinde Nirvana'ya erişmek ve Arhat olabilmek için kişisel çaba göstermek esastır. Mahayana geleneğinde ise vurgu noktası, bütün canlı varlıkları aydınlanmaya ulaştırmaya kendisini adamış Bodhisatva ideali ve evrensel Budalık üzerindedir." (Mel Thompson : 31)

Budizm çeşitli akımlar ve çeşitli okullar ihtiva eder. Buda hiçbir zaman öğrettiklerini yazmamıştı. Bu görev ölümünden sonra şakirtleri tarafından yerine getirilmiştir. Budist doktrini öğretileri, yazıldıkça işlediği temalara göre farklı sepetlere konulduğu için Tripitaka (Üç Sepet) adını alan Pali Canon'da yazılmıştır.

“Tripitaka şu bölümlere ayrılmıştır:

1.Vinaya – Pitaka : Ahlâkî İlkeler Kitabı

2.Sutta – Pitaka : Öğreti Kitabı (Dhammapada’yı içerir).

3.Abhidhamma – Pitaka : Felsefe ve Psikoloji Kitabı”

Theravada Budizmi, erken Budist yazmalarındaki katı ve dar öğretiye dayanır. Kurtuluş yalnızca katı disiplini kabul eden ve amaca ulaşmak için gerekli olan çabayı gösteren birkaç kişi için mümkündür.

Mahayana Budizmi ise daha liberaldir ve popüler bir dindarlığı uygun bulur. Kurtuluşun herkes için mümkün olduğunu öğretir. Kişisel Kurtarıcı Bodhisatva doktrinini tanıtır.

Budizm yayıldıkça içinden başka okullar da türemiştir. Bunlar arasında Chan ya da Zen, Lamaizm, Tendai, Nichiren, Pure Land ve Soka Gakkai okulları vardır. Son dönemlerde Budizm, Batı’da artan bir ilgi görmektedir.

Budist metinlerin tek tam kitabı Tripitaka ya da Pali Canon’dur. Geleneksel Theravada Budizmi’nin temel öğretilerini kapsar. Fakat öteki okullar da, öz olarak, Sanskritçe yazılı aynı kitabı kabul etmektedirler. Mahayana Budizmi ise birçok başka metni de otorite kabul etmektedir.

"Budist inanç ve uygulamalardaki farklılıkları temellendirmek, kontrollü davranılması gereken bir amaçtır. Budizm'in amacı tinsel gelişmeyi sağlayacak koşulları yaratmak, acıya yol açan bağlardan kurtulmak, özgürleşmektir. Meditasyon, kişisel disiplin ve çeşitli tinsel uygulamalar da bu amaçla kullanılan yöntemlerdir.

Bu genel amaç, Budizm'in, organizasyon, tören ve inanç kalıpları konusunda sosyal ve kültürel durumlara göre farklılık göstermesini mümkün kılmıştır. Yaklaşık olarak bir milyar insanın Budizm'in etkili olduğu bölgelerde yaşadığı söylenebilir." (Rosemary Goring : 78)

"Buda'nın öğretisinin başlıca özelliği, Buda'nın uyanma, aydınlanma sonucu bulmuş olduğu gerçekleri, birer doğma olarak sunacak yerde, uyanma aydınlanma yöntemini öğretmeyi ve böylelikle yöntemi öğrenen kimselerin kendi çabalarıyla bu gerçekleri kendileri bulup yaşantısal deneyimle doğrulamalarını öngörmesi, Budalık Yolu'nu herkese açık tutmasıdır." (İlhan Güngören, Buda ve Öğretisi, s.88).

2. Dört Soylu Hakikat (Ariya Sacca)

Buda'nın öğretisinin kalbi Dört Soylu Hakikat'tir.

Buda tarafından öğretilen Dört Soylu Hakikat,

Theravada Budizmi'nin kalbini oluşturur. Genel olarak Budist öğretinin de merkezidir. Bu Dört Soylu Hakikat soyludur, çünkü hakikidir. Çünkü soylu bir kişi (Buda) tarafından öğretilmişlerdir ve soyluluk hâli yaratırlar.

"Dört Soylu Hakikat şunlardır:

1) Dukha : Bütün varoluş biçimleri ve özellikle insan varoluşu acı çekmeyle karakterize edilir.

2) Samudaya : Acının nedeni arzular ve tutkulardır(tanha).

3) Nirodha : Arzuların ve tutkuların kaynaklarının kurutulmasıyla acı sona erdirilebilir.

4) Magga : Arzuların ve tutkuların kaynaklarını kurutacak olan, Sekiz Katlı Soylu Yolun uygulanmasıdır.

Dukha genellikle acı çekmek olarak tercüme edilse de, daha geniş anlamında sorunları, tatminsizlikleri ve hastalıkları da kapsar. Dolayısıyla mutluluk anlarında, haz veren deneyimlerde ve doyumlarda da bulunur. Bunlar gerçek olsalar bile acı ve tekrar doğum ile sonuçlanırlar.

Buda'nın sorgulaması acının anlaşılması ve ortadan kaldırılması üzerineydi. Bunu kendi üzerinde gerçekleştirmeyi başaran kişi, başkalarına da yardımcı olabilirdi.

Buda, Dört Soylu Hakikat doktrini içinde bir tin-

sel doktor rolü oynuyordu. Önce insanın yaşamdaki en büyük sorununu tespit ediyordu (acı). Sonra acının nedenlerini tespit ediyordu (arzular ve tutkular). Sonra tedavi üzerinde çalışıyordu (arzu ve tutkuların ortadan kalkması). En sonunda tedaviyi sağlayacak bir İyileştirme kursunu, Sekiz Katlı Yol'u öneriyordu." (Rosemary Goring : 34)

3. Acı Çekme ve Kendiliği Oluşturan Beşli Demet

Koşullu olan her şey geçicidir. Koşullu olan her şey acı verir. Bütün durumlar, olaylar öznesizdir. Kişi bunlardaki hikmeti gördüğünde acı veren şeylere bağlanmaktan kurtulur. Bu açıklık, saflık yoludur.

Dukha kavramının üç yanı vardır:

1.Sıradan acı çekme (dukha – dukha).

2.Değişimden dolayı acı çekme (viparinama – dukha).

3.Koşullanmalardan dolayı acı çekme (samkhara- dukha).

Bunlardan en önemlisi üçüncüsüdür. Bir "varlık", bir "birey" ya da "ben"den söz ettiğimizde neden söz etmiş oluruz? Budist psikolojide fiziksel ve zihinsel güçler her zaman değişen şeyler olarak görülürler. Kendiliği (self) oluşturan beşli şunlardır:

1.Beden ve duyu organları (rupa, matter):

Fiziksel beden sürekli olarak değişir ve çevresindeki koşullara bağımlıdır. Onlar aracılığıyla deneyimlediğimiz duyu organları da bu 'biçim'e (rupa) dahildir. Fiziksel gerçeklik alanındadır.

2.Duyusal veriler ve zihin (sensasition, vedana):

Vedana, beş duyu aracılığıyla edindiğimiz duyusal verileri ve zihinde üretilen ideaları (düşünceleri) kapsar. Budist öğretide 'zihin' (mind), altıncı duyum organı olarak görülür. Dünyayı gördüğümüz bedensel göz gibi, bu zihin gözü de düşünce ve kavramları görmemizi sağlar.

3.Algı (sanna, perception):

Bir şeyi deneyimlediğimiz süre içinde, o şeyi kavramlaştırmaya, dile ve düşüncelere çevirmeye de başlarız. O şeyi, bir başka şeyin karşısına yerleştiririz. Dünyadaki yolumuzu algılarımız sayesinde buluruz. Algılarımız olmasa "ham duygular" ve "duyumlar" seviyesinde kalırız.

4.Zihinsel oluşumlar, koşullanmalar (manas, sanskar):

Algıladığımız şeylerle ilişki içine gireriz. Bu ilişkiler sonucunda içimizde haz ya da acı gibi duygular açığa çıkar. Eğer haz duyarsak tekrar deneyimlemek isteriz, acı duyarsak deneyimden kaçırız. Korkarız. İçimizde alışkanlıklar oluşur. Bu sanskarlarımız, bizim koşullu tepkilerimizi belirler.

5.Bilinç demeti (vinnanakhandha):

"Bilinç (vijnana), diğer skandaları, demetleri bir arada tutar. Duyumların, algıların ve zihinsel oluşumların ortaya çıkışlarında belirleyici olabilir.Her melekemizin kendine özgü bilinci vardır, örneğin 'göz bilinci' gibi." (Mel Thompson : 76).

"Nirvana'ya ulaşılmadıkça, bilinç yeniden doğumların nedeni olur. Ölüm anında fiziksel beden, duyumlar, algılar sona erer. Fakat fiillerin kayıtlarından oluşan sanskarlar ile ayrı bir kendilik olarak bilinç devam eder. Bundan ancak sekiz katlı soylu yol sayesinde kurtulunabilir.

Budist psikolojiye göre sabit ve değişmeyen "kendi" (self), "ruh" (soul) ya da "benlik" (ego) olarak adlandırılan bir şey yoktur. Her şey değişmektedir." (Rahula : 19 - 23).

4. Karma Zinciri

Antik karma kanunu düşüncesinde, insanların fiillerinin sonuçları birikmekte ve birçok hayat boyunca yeniden doğumlara yol açmaktadır. Bu düşünce sonraları kişisel Atman inancıyla bütünleşmiştir. Buda ise böyle bir sabit Atman düşüncesini reddetmiştir. Durağan bir kimlik olarak kişilik, bir yanılsamadır. Enerjinin beşli demetin boyunduruğundan kurtulması, cehaletten kurtuluşla mümkündür.

Budist karma fikri (kamma), "edimlerimizin, fiillerimizin sonuçları vardır" şeklinde tanımlanabilir. Bu tanım, yalnızca "şimdiki durumun geçmişteki fiillerimiz, davranışlarımız tarafından belirlendiği" şekliyle kullanılmamalıdır. Çünkü "değişim" olanağını ortadan kaldırır ve Budist öğretiye ters düşer. Karma ilkesine göre eğilimler (klesha), fiillere yol açar, bu da sonuçları (vipaka) doğurur. Bu ise bağımlı oluşum şeklinde betimlenen değişim sürecinin yalnızca bir yanıdır. Öyleyse "geçmişte yapılmış fiiller", şimdiki durumun içinde yalnızca bir unsurdur, fakat belirleyici bir unsurdur. Çünkü geçmişinizin biriktirdiği etkiler, sizin şu andaki deneyimi, "nasıl deneyimlediğinizi" belirler.

Buda, mutluluk ya da acı duygusuna neden olan üç yanlış anlayış olduğunu açıklamıştır:

1. Mutluluk ve acının tamamen geçmiş karmamıza bağlı olduğu;

2. Onların tanrıların ifadesiyle belirlendiği;

3. Onların denetim dışı olarak, şans ya da kaderle belirlendiği .

Geçmişte yapılmış kötü fiillerin şimdiki etkileri, bireyin kalitesinin ne olduğuna bağlıdır. Buda bu konuda şu imgeyi kullanır: Bir tutam tuzu küçük bir bardak suya attığımızda etkisi çok olur, bir nehire attığımızda ise etkisi az olur. Dolayısıyla ay-

nı "fiil", farklı insanlarda farklı etkiler üretir. Geçmiş fiiller duyusallık ya da duyarlılık (vedana) içinde bir unsurdur. Diğer bir deyişle, sizin şimdi şeyleri nasıl deneyimlediğiniz, bir ölçüde geçmiş fiillerinizin ve deneyimlerinizin bir parçasıdır. Varoluş akar, her şey değişir, fakat hiçbir şey bütünüyle kaybedilmez.

"Budizm kaderci değildir. Karma ilkesi size geçmiş fiillerinizin ve sonuçlarının sorumluluğunu kabul etmenizi, şimdiki deneyimi nasıl biçimlendirdiklerini tanımanızı, şimdiki anda seçme özgürlüğünüzü kullanarak geçmişten gelen negatif etkileri reddetmenizi söyler." (Mel Thompson : 37)

5. Sekiz Katlı Soylu Yol (Ariya Athangika Magga)
Yolların en iyisi Sekiz Katlı Soylu Yoldur. Hakikatlerin en iyisi Dört Soylu Hakikattir. Hâllerin en iyisi tutkulardan kurtulmaktır. İnsanların en iyisi anlayan ve görendir.

Buda'nın dört soylu hakikatinin sonuncusu, sekiz katlı soylu yoldur. Orta yol olarak da bilinir. Şehvet düşkünlüğü ile katı cinsel perhizcilik arasında orta yoldur. Sekiz katlı soylu yol şunları kapsar :

"1. Doğru ve Tam Görüş (Samyag Drishti) : Gerçeklikle ilgili Budist görüşün temel bir farkındalığıdır. Bu olmadan sezgiler ve keşfler açılmaz ve

"Yolu" izlemek için bir neden olmaz.

2. Doğru ve Tam Anlayış (Samyag Samkalpa): Bilginin, kişisel yargı ve niyetle bağlantılı olmasıdır.

3. Doğru ve Tam konuşmak (Samyag Vak) : Gerçek ve doğru olandan söz etmektir.

4. Doğru ve Tam Aksiyon (Samyag Karmanta) : Doğru ve tam aksiyon ya da fiiller, beş ilke temel alınarak geliştirilir : 1) Öldürmemek, 2) Verilmeyeni almamak, 3) Duyuları yanlış kullanmamak, 4) Yanlış konuşmamak, 5) Alkollü içki ve uyuşturucu kullanmamak.

5. Doğru ve Tam Hayatı Kazanma Yolları (Samyag Ajiva) : İlkelerle iş yapmaktır.

6. Doğru ve Tam Çaba Uygulamak (Samyag Uyayama) : Zihin kontrolünü, disiplini ve konsantrasyonu sağlamayı başarmaktır.

7. Doğru ve Tam Farkındalık (Samyag Smriti) : Budist zihin eğitiminin temel bir unsurudur. Düşünürken, konuşurken ve bir şey yaparken "zihinsel açıklık" içinde olmaktır.

8. Doğru ve Tam Uyanıklık (Samyag Samadhi) : İki düzeyden oluşur: 1) Samadhi : Konsantrasyonla zihnin ikilik olmayan duruma girmesidir. Bölünmüşlükten kurtulmasıdır. 2) Vipassana : Sezgilerin açılmasıyla bilgeliğin (prajna) başla-

masıdır." (Alan Watts, The Way of Zen : 71-73, Türkçesiyle karşılaştırabilirsiniz: Alan Watts, Zen Yolu, 77-79).

"Sadece samadhi yeterli değil, samadhiden de çıkmak gerekli. Uyanış ve farkına varış; prajna-samadhi'den çıkmak, neyin ne olduğunun farkına varılmasıdır. İşte bu 'satori'dir." (D.T. Suzuki, Zen, Armağan Birgil derlemesi, s.85).

6. Nirvana

Nirvana ya da nibbana, Hint dininde ve özellikle Budizm'de kullanılan bir terimdir. Derin bir içsel özgürlük hâlini gösterir. Batı'da geleneksel olarak "yok olma" (annihilation, extinction) olarak yorumlanmıştır, fakat bu doğru değildir.

"Samsara yanılsamasının ötesine geçmiş, geçilmesi çok zor olan çamurlu yolu aşmış, nehrin öteki yakasına geçmiş, şüphelerden ve geçici arzulardan kurtulmuş, derin kontamplasyon içinde Nirvana'nın sevincine ulaşmış olan kişiye ben Brahman derim." (Dhammapada, Penguin, s.92).

"Nibbana" sözcüğünün kökü "nibbati" fiilidir ve "üfleyerek serinletmek" anlamına gelir. Buda'nın "aldanış", "hırs" ve altında "nefret etme" ateşlerini söndürmüş olduğunu ve bu yüzden çevresine serinlik yaydığını, bağlardan özgürleştiğini, "saf"

ve "sakin" olduğunu gösterir. Bu nitelikler, Buda'nın Budist rahiplerin ve Budist geleneğin takipçilerinin eriştikleri hâli gösterir.

Buda aydınlandıktan sonra "geçici Nirvana"sını, yaşamdaki Nirvana'yı kazandı. Fakat ölene kadar yıllarca sohbet etti, hizmet etti. Ölümüyle son Nirvanasını (parinirvana) kazandı.

Erken Budizm, öldükten sonraki Nirvana'nın anlamı üzerine fazla düşünce üretmemiştir. Cevapsız bir soru üzerine düşünmeyi yararsız bulmuştur. Öldükten sonraki Nirvana, cennet ya da yokoluş anlamlarına gelmez.

"Mahayana okullarının son dönem felsefî çalışmalarında Nirvana, "boşluk" (shunyata) ve "Buda'nın kozmik bedeni" (dharmakaya) gibi koşulsuzluk belirten kavramlarla bağlantılı ele alınmaya başlanmıştır. Mahayana düşüncesi, bodhisattva idealini savunur. Bodhisatva son Nirvana'ya erişir fakat başkalarına şefkatle davranmak için yeniden dünyaya gelmeye devam eder. Başkalarının Nirvana'yı öğrenmesini sağlar. Nirvana "yokluk" değildir, yaratıcı ve olumludur." (Rosemary Goring : 374)

7. Aydınlanma

Karanlığa götüren yolu bırakıp, "Işığa Götüren

Yol"u takip eden bilge kişi, kendi evindeki yaşamı terkedip "Özgürlük Yaşamı"na girer. Tek başınalık içinde en üst sevince ulaşır. Sahip olma duygusundan, arzulardan, zihnini karartan her şeyden özgürleşir. Işığa götüren yolda zihnini iyi eğitmiş, bağlılıkların zincirinden kurtuluşta sevinç bulmuş, tutkuların karanlığından özgürleşmiş olan kişi, Işığın Yayılımında saf bir nur gibi parlar. Bu ölümlü yaşamda dahi ölümsüz nirvana'yı zevk eder.

Birçok dinsel gelenekte geçen "aydınlanma" sözü, genel bir kavramdır: Cehalet ve farkında olmama hâlinin ardından "hakikatin gerçekleştirilmesi" ve "farkındalık"tır.

Budist gelenekte özel bir önem taşıyan Aydınlanma kavramı için, İsa'dan önce altıncı yüzyılda Hindistan'da Budha Gaya'da Bo ağacının altında Buda'nın yaşadığı aydınlanma deneyimi model alınmıştır. Budist gelenek, Buda'nın nasıl sistematik olarak meditasyon yaptığını hatırlar. Buda'nın "tinsel gözüyle" varoluş tabakalarını nasıl deldiğini hatırlar. Geçmiş doğumlarını anımsamasını, yeniden doğmaya yol açan kanunların örtüsünü kaldırmasını hatırlar. Dört soylu hakikati gerçekleştirmesini hatırlar. 1) Yaşam acı çekmektir, 2) Acı çekmenin nedenleri arzu ve tutkulardır, 3) Arzu ve tutkular gidince acı duygusu kalkar, 4) Buna sekiz

katlı yolu uygulayarak ulaşılır.

Bu aydınlanma deneyimiyle o bir Buda, "Aydınlanmış Olan" olmuştur. Onda bilgi ve deneyim kristalize olmuştur. Yaşamın varoluşsal ve kuramsal anlamı ona açılmıştır. Aydınlanma yoluyla Buda, yaşarken geçici Nirvanasına ulaşmıştır, ölümüyle de nihaî Nirvanasına erişmiştir.

Erken dönem Budistleri Buda örneğini izlemişler ve "arhatlar" olmuşlardı.

"Mahayana geleneğinin aydınlanmayla ilgili görüşleri çok farklıdır. Mahayana geleneğinde "hikmet" (prajna), aydınlanma için, "dört soylu hakikat" ve "arhat olmak"tan daha önemli bir anahtar kavramdır. Aydınlanma yavaş yavaş ya da birdenbire bir insanın "kendi Buda doğasına" uyanması; kutsama, özgürlük ve safiyet duygularını deneyimlemesidir. Mahayana bodhisatvası aydınlanmaya erişmeyi amaçlasa bile, aydınlanmanın nihai ürünlerini elde etmeyi (ölümden sonraki son Nirvana) sonraya bırakmış, insanların aydınlanmaya erişmelerine yardımcı olmak için bu dünyada yeniden doğmayı göze almıştır. Ya da bütün varlıklara aktif olarak yardım eden bir "aşkın bodhisatva" olarak yaşamayı göze almıştır." (Rosemary Goring : 160)

Bodhi, özellikle Budizm içinde kullanılan bir Hint terimidir. Aydınlanma ve uyanma anlamları-

na gelir. Sanskrit dilindeki kökü "budh", uyanmak anlamındadır. Üç çeşit aydınlanma vardır: 1) Buda'yı dinleyen bir öğrencinin aydınlanması, 2) Bağımsız ve ayrı bir insanın aydınlanması; 3) Evrensel bir Buda'nın bağımsız olarak aydınlanması ve sonra başkalarına aydınlanmayı iletmesi.

"Theravada Budizmi'nde, Gotama Buda'nın aydınlanması ölçüt alınır. Bu olayın gecesinde Gotama Buda derin meditasyona oturduğunda, önce geçmiş bütün yaşantılarını hatırlamıştır. Sonra bu dünyadaki yaşamın temel anlamının "acı" olduğunu kavramıştır. Sonra acı duyma sorununun çözümü olarak dört soylu hakikati bulmuş ve bunlar Budizm'in temeli olmuştur. Onun aydınlanması, tatminkârlık ve memnuniyet duygusu içeren bir deneyimdi. Burada vurgu, bu aydınlanma deneyiminin arkasındaki doktrinel inançtan çok deneyimin kendisindedir. Ve bu vurgu, Budizm'deki tipik ortodoks inançtan çok, araştırma ve deneyimleme üzerindedir.

Buda'nın altında otururken aydınlanma deneyimi yaşadığı ağaca Aydınlanma Ağacı, ağacın bulunduğu yere de Bodhgaya, Aydınlanma Yeri adı verilmiştir." (Rosemary Goring : 70, 71)

Aydınlanmanın yedi unsuru (bojjhanga) şunlardır: (Bunlar üzerine de meditasyon uygulaması yapılır.)

1. Farkındalık (Sati, Smriti) : Bedensel davranışlar, düşünceler ve konuşmaların farkında olmak.

2. Dharma'yı Tefekkür Etmek (Dharma vicaya) : Doktrinin sorunları üzerinde tefekkür etmek.

3. Manevi Enerji (Viriya) : Yolun sonuna kadar kararlılıkla yürüyebilmek için gerekli enerjiyi, meditasyonla kazanmak.

4. Sevinç (Piti) : Neşe ve sevinç dolu bir zihinsel tutum kazanmak; kötümser, kasvetli, melânkolik zihinsel tutumların tam karşıtıdır.

5. Sakinleşmek (Passadhi) : Bedensel ve zihinsel olarak rahatlayıp, sakinleşmek.

6. Uyanıklık (Samadhi) : Konsantrasyonla ikilikten kurtulup, bütünlüğe ulaşmak. Sonra sezgilerin açılması.

7. Yaşamı Bütünüyle Kabul Etmek (Upekha) : Yaşamda karşılaşılan her durumu kabul etmek, sıkıntı ve rahatsızlık duymamak.

"Aydınlanma deneyimi olmayan insanlar için aydınlanma, gizem dolu, harikulâde bir şeydir. Fakat aydınlanmaya ulaştıklarında, bu, onlar için hiçbir şeydir. Aynı zamanda hiçbir şey değildir. Anlıyor musunuz? Çocukları olan bir ana için, çocuk sahibi olmak özel bir şey değildir. İşte bu, zazendir. Bu nedenle, eğer bu uygulamayı sürdürürseniz, gittikçe bir şeyler elde edeceksiniz.

Özel bir şeyler değil, ama gene de bir şeyler elde edeceksiniz. Onu pek çok isimle anabilirsiniz, fakat onu elde eden bir insan için o, hiçbir şeydir ve aynı zamanda bir şeydir. Gerçek doğamızı ifade ettiğimizde birer insanızdır. Gerçek doğamızı ifade etmediğimizde ise insan değilizdir ve ne olduğumuzu da bilemeyiz." (Shunryu Suziki : 51).

8. Meditasyon

"abita tengri burkanığ
ayayu sakınmak ömekig
amrılıp olurgu dyanığ
ayu sözleyü birelim.
Kimler bu dyan yangınta
Kirip bışrungalı küseser (...)"
"Abita tanrı burkanı
hürmetle yâd edip hatırlamayı,
sükûn içinde dalınacak dhayana'yı
söyleyip anlatıverelim.
Kimler bu dhyana usulünde
girip olgunlaşmak isterse ."
(Arat, Eski Türk Şiiri: 186,187)

Budizm'de kontamplasyon yapmadan, cehalet için-

de yaşanmış yüzlerce yıl yerine hikmetle ve derin kontamplasyonla yaşanan tek bir gün daha iyidir.

Samadhinin ilk evresi saf düşünceler, anımsama (zikretme) ve meditasyondur. İkinci evresi ise düşüncenin durdurulması ve kontamplasyondur.Bu iki evrede sevinç ve huzur bilinci vardır. Budist samadhinin üçüncü evresinde sessizlik ve sakinliğin yaşanması vardır. Dördüncü evrede insan ego yükünden özgürleşir.

"Meditasyon, belirli bir dinsel temayı, içsel bağ kurarak sürekli tefekkür etmektir. Birçok dinde çok çeşitli amaçlarla uygulanmaktadır. Bu amaçlar arasında "tinsel sezginin derinleşmesi", "tanrısal irade ile birliğe ulaşma" en önemlileridir. Bazı dinlerde "nefes alma", "bedenin duruşunun düzenlenmesi" ve "düşüncelerin düzene sokulması" gibi uygulamalarla meditasyon derinleştirilir". (Rosemary Goring : 333)

Çeşitli meditasyon konuları vardır. Bunlardan birisi Brahma Vihara denilen Dört Lâtif Hâl'dir. Şöyle özetlenebilirler:

"*1. Evrensel Sevgi (Metta) :* Ayırmadan, bütün canlı varlıklara sınırsız evrensel sevgi ve iyi niyet yaymak.

2. Merhamet (Karuna) : Acı çeken her canlı varlığa merhamet duymak.

3. Sempatik Sevinç (Mudita) : Başkalarının başarısından, zenginliğinden, mutluluğundan sevinç duymak.

4. Yaşamı Bütünüyle Kabul Etmek (Upekkha) : Hayat önüne ne çıkartırsa çıkartsın, bu durumu huzurlu ve sakin bir zihin hâliyle karşılamak." (Rahula : 75)

"... Şu an yapmakta olduğunuz şey dışındaki tüm eylemlerinizi sınırladığınızda, o zaman Evrensel Buda Doğası olan gerçek doğanızı ifade edebilirsiniz. Bizim yolumuz budur. Zazen çalışırken, eylemlerimizi en küçük aralığa getirinceye dek sınırlarız. Kendi evrensel doğamızı ifade etme yolumuz, yalnızca doğru oturuşumuzu korumak ve yalnızca oturuşumuzun üzerinde yoğunlaşmaktır. O zaman Buda olur, Buda doğamızı ifade ederiz. Bu nedenle, belli bir tapınma nesnesine sahip olmaktansa, yalnızca o an yapmakta olduğumuz şey üzerinde yoğunlaşırız. Eğildiğinizde yalnızca eğilmelisiniz, oturduğunuzda yalnızca oturmalısınız ve yemek yediğinizde de yalnızca yemek yemelisiniz. Eğer böyle yaparsanız, evrensel doğanız 'burada' olur. Japonya'da buna, ichigyo – sammai, "tek eylemli samadhi" deriz.

Sammai ya da samadhi "yoğunlaşmak"tır. Ichigyo ise "tek eylem" anlamına gelir." (Shunryu Suzuki : 78,79).

9. Dharma

Dharma ya da Pali diliyle "dhamma", Buda'nın öğretilerini gösterir. Fakat şeklî bir doktrinden daha derin anlamı da vardır. Dharma her zaman hakiki olandır ve Buda'dan önce de vardır. Hindistan'da, İsa'dan önce altıncı yüzyılda Buda tarafından örtüsü açılmıştır. Tıpkı başka çağlarda, başka Budalar tarafından örtüsünün açılması gibi.

Dharmanın, Buda tarafından ilk açılan yüzü, dört soylu hakikattir. Buda'nın öğretisinin kalbidir: 1) Yaşam acı ile karakterize olur (duhkha), 2) Acının nedeni arzu ve tutkulardır (tanha), 3) Tutkulardan arınarak acı sona erdirilebilir, 4) Sekiz katlı yolda yürüyerek tutkulardan arınılabilir.

"Dharmanın Buda tarafından ikinci açılan yüzü, varoluşun üç özelliğidir. 1) Duhkha : Dört soylu hakikat ile ilgilidir, 2) Anicca : Hiçbir şeyin sürekli olmaması ilkesiyle ilgilidir. 3) Anatman : Sürekli bir kendiliğin olmamasıyla ilgilidir.

Buda vaaz verirken "dharma tekerleğini çevirmek"ten söz ederdi. Dharma tekerleğini çevirmek, doktrini öğrenmek kadar, doğru yaşamayı da içeriyordu.

Dharma, Budist dünyanın üç mücevherinden (tri ratna) biridir. Diğer iki mücevher ise "Buda'nın kendisi" ve "Budist Cemaat" (sangha) tir.

Theravada Budist geleneğinde dharmanın ikinci bir anlamı, insanın varoluşunun en son yasaları olmasıdır. Theravada Budizmi böyle belirli sayıda yasa olduğunu ileri sürer, bazıları maddesel ve bazıları da ruhsaldır. Theravada Budizmi'nin dharma ile ilgili bu özel görüşleri, Mahayana Budizminin görüşlerine karşıttır." (R. Goring : 138, 139)

Daha geniş anlamında dharma ; Hinduizm, Budizm ve Caynizm'in dünya görüşü sistemlerinin, dinsel kurgularının, sanatlarının ve bilimlerinin temelidir. Dharma, evreni yöneten tek bir düzendir, emirdir. Evrenin fizik kuralları yanında dinsel ve ahlâksal kuralları da, bireylerin görev ve sorumlulukları da belirlenmiştir. Evren, merkezdeki "nokta"dan yönetilir. Üç eksenle (evrensel, doğu-batı, kuzey güney) belirlenmiş altı yönle sınırlanır. Şehirler, tapınaklar ve stupalar (ermiş mezarları vb.) bu bütünün küçültülmüş kopyalarıdır. Bunların etrafında dönen ayin alayları (hac ziyaretini anımsayalım!) simgesel olarak "evrenin çevresiyle" birlikte "zamanı" da katetmiş, aşmış olurlar. Döngünün (kalpa) bir evresini tamamlamış olurlar.

Zaman, Batı'da olduğu gibi "çizgisel" değil, "bütünsel" ya da "döngüsel" olarak kavranır. Günlerin, ayların ve yılların kendisini tekrarlaması gibi, "evrenin döngüsel evreleri" de kendilerini tekrarlar.

Her döngünün (kalpanın) başlangıcında evren, doğuşundaki "tanrısallığı" yayar. Kalpanın evrelerinde (Altın Çağı, Gümüş Çağı, Bakır Çağı, Demir Çağı) yozlaşma ve bozulma ortaya çıkar ve artar. Son Tufan'da yok olur. Sonra "yeniden doğar." Bu sürekli tekrarlanan bir döngüdür. Birey, "değerler" sayesinde, Buda gibi, yeniden doğuş zincirini kırıp sonsuz mutluluğa açılabilir.

III. BÖLÜM
BUDA'DAN SONRASI

1. Budizm Bir Din midir?

Budizm'de bir insan sessizlikteki tek başınalığı bildiğinde ve sakinliğin sevincini yaşadığında, korkudan ve günahtan arınır, dharma'nın sevincini yaşar.

"Sekiz katlı soylu yolun sekizincisi olan samadhi, ruhsal yolculuğumuzda nehrin karşı kıyısına ulaştığımız aşamadır. Birlik ya da vahdettir. Sonlu ile sonsuzun, yolculuğun sonunda vahdete ulaşması Dhammapada'da şöyle açıklanır: "Yolcu, yolculuğunun sonuna ulaştı." Samadhi sözcüğü "dha" kökünden türetilmiştir. Dha, bir yerde kalmak, makam anlamına gelir. Samadhi bir birliktir, bir paylaşmadır. Upanişadlar'ın deyişiyle Brahma ile birliktir, Hristiyan mistiklerinin deyişiyle Tanrı ile birliktir, Buda'nın deyişiyle Nirvana ile birliktir." (Juan Mascaro'nun giriş yazı-

sından, Dhammapada, Penguin, s.32).

Din (religion) kavramı üzerine şunlar söylenebilir:

"1. Bütün dinleri içeren bir kavramdır.

2. Hakiki dinsel deneyimi amaçlayan bütün kalıpların genel özüdür.

3. Aşkın ya da bu dünya için ideali olan herhangi bir var olan dinin, yetkin olmayan bir görünüm olduğunu belirtir.

4. İnsanın bir dine bağlı olması, inanç ve uygulama sistemlerini içerse de, içermese de bir yaşam biçimidir.

Açık olan bir şey varsa o da, hiçbir "tek tanım"ın geleneklerin, uygulamaların, fikirlerin çeşitliliğini kapsayamayacağıdır. Bazı dinler bir Tanrı'ya ya da tanrılara sahip olabilir, fakat bu da bütün dinler için geçerli değildir.

Hristiyanlık, İslâm ve Yahudilik "teistik" dinlerdir. Budizm ise tanrılara inanmayı içermez, bazı kolları içerse de önem verilmez." (R. Goring : 434)

Yine de "Adhi-Buda" ya da "Mutlak Buda" kavramı, ezelîdir, kendiliğinden vardır (svayambhu), bütün âlemlerin efendisi ve sahibidir. Allah kavramına yakındır. Günümüzde özellikle Nepal'de "bir alev şeklinde" temsil edilen bu Adhi-Buda'ya tapınılmaktadır.

"Budizm'de müşahhas bir Tanrı yoktur. Devalar

Tanrı değildirler. Pali şeriatı bu hususta kat'i bir şey söylememekle beraber Sanskrit şeriatındaki Adhi-Buda, İlk Buda, ezelî ve bir tek olan Tanrı telâkkisine yaklaşır. Buna rağmen bu şeriatteki Nibbana (Nirvana) mefhumu da tasavvufun 'mücerred bir Tanrı'da fani olmak' tasavvurunu hatıra getirir." (Asaf Halet Çelebi : 54).

Din üzerine geliştirilen bazı kuramlar, dini bütünüyle insanî bir fenomen olarak kurar, onu hiçbir doğaüstü ya da aşkın, kaynak ve referans noktasından türetmez. Birçok başka bakış açıları da vardır.

"Din, genellikle kendini bilinç alanında geliştirir. Kendi kurumunu mükemmelleştirmeye çalışarak harika binalar inşa eder, müzik yaratır, bir felsefe geliştirir ve böylece devam eder. Bunlar, bilinçli dünyadaki dinî faaliyetlerdir. Fakat Budacılık, bilinçsiz dünya üzerinde durur. Budacılığı geliştirmenin en iyi yolu zazene (meditasyon) oturmaktır. Gerçek doğamıza karşı güçlü bir inançla yalnızca oturmaktır. Bu yol, kitaplar okumaktan ya da Budacı felsefeyi incelemekten daha iyi bir yoldur. Felsefeyi incelemek gereklidir şüphesiz. Bu, sizin inancınızı güçlendirecektir. Budacı felsefe, öylesine evrensel ve mantıklı bir felsefedir ki, bu nedenle bir felsefe değil, yaşamın kendisidir. Budacı öğretinin amacı, saf ve özgün zihnimizin bi-

linçliliğinin ötesinde varolan yaşamı işaret etmektir." (Shunryu Suzuki, Zen Zihni Başlangıç Zihnidir, s.137).

Budizm zaman zaman "devlet dini" olarak kabul edilmiştir. M.Ö. 101 yılında Sri Lanka'da, 1360 yılında Tayland'da, Tokogawa döneminde Japonya'da, Meiji döneminde Shinto ile birlikte Japonya'da olduğu gibi.

2. Sangha-Dervişlik Örgütü

"Uyan! Kendini kendiliğinle (kendi zatınla) yükselt. Kendini kendi zatınla eğit. Kendi zatının şemsiyesi altına sığın. Her şeyi gözlemle. En üst sevinç içinde yaşa. Senin efendin senin zatındır. Senin zatın, senin sığınağındır. Kendini iyi eğit, bir bakıcının iyi bir atı eğittiği gibi." (Dhammapada, Penguin, s.88).

Sangha, Buda'nın izinden gidenlere verilen kollektif bir isimdir. Geleneksel olarak dörde ayrılır: Budist rahipler (bhikkhus), Budist rahibeler (bhikkhunis), erkek takipçiler (upasakas) ve kadın takipçiler (upasikas). Bunlar bize Buda'nın günlerindeki durumu yansıtıyor. Bazı takipçiler evlerini terk edip, onunla birlikte seyahat etmekteydiler. Vihara adı verilen yerlerde birlikte kalıyordular. Manastır düzeninin temeli budur. Batı takipçiler ise kendi aileleriyle birlikte yaşamayı sürdürmüşlerdir.

"Bazı kullanımlarında, sangha terimi yalnızca Budist rahipleri ifade eder, aslında bütün takipçileri içermesi gerekir. Buda'nın ifadelerinde evlerini terkedenler de, terketmeyenler de, bekâr kalmayı seçenler de aile kuranlar da, tinsel amaç Nirvana'ya doğru akmakta olan büyük bir nehir olarak görülürler. Bir de Soylu Sangha (Arya Sangha) vardır. Bunlar başkalarının da yolu takip etmelerini sağlayan, Arhatlar (ilk dönem ve Theravada geleneğinde), Bodhisatvalar (Mahayana Budizmi'nde) olarak, bir çeşit tinsel elittir." (Mel Thompson : 69)

Diğer yandan Sangha, Buda ve Dharma'dan sonra, Budistler'in kendilerini teslim ettikleri üçüncü alandı. "Budam sharanam gacanam / Dharmam sharanam gacanam / Shangam sharanam gacanam: Kendimi aydınlanmış bilincime teslim ediyorum / Kendimi içsel ilkelerime teslim ediyorum / Kendimi tinsel aileme teslim ediyorum." Dolayısıyla sangha, Budist yolu izlerken tinsel dostluğun gerekli ve değerli olduğunu göstermektedir.

3. Budist Konsüller

Budist geleneğe göre Budist tarihinde birçok önemli konsül toplanmıştır.

1. Buda'nın ölümünden sonraki (M.Ö. 483) muson döneminde Rajagrha'daki konsül,

2. M.Ö. 383 yılında Vaisali'deki konsül,

3. M.Ö. 240 yılında Asoka krallığında Pataliputra'daki konsül,

4. İ.S. 100 yılında Kaniska'nın krallığında Gandhara'daki konsül.

"Rajagrha'daki ilk konsül önemlidir çünkü Tripitaka ya da Pali Canon'un yazılarının üçte ikisi bu toplantıda tespit edilmiştir. İsimleri Buda'nın Söylevleri (sutta-pitaka) ve Manastır Disiplini (vinaya-pitaka)dir.

Vaisali'deki ikinci konsül de önemlidir çünkü manastır disipliniyle ilgili ciddi tartışmalar yapılmıştır.

Pataliputra'daki üçüncü konsül, Sarvastivadin bakış açısının genişlemesinin yol açtığı uyuşmazlıklarla yüzleşmek ve Budist cemaat içinde uyumu yeniden kurmak açısından önemliydi.

Gandhara'daki dördüncü konsülden sonra da çeşitli dönemlerde konsüller toplanmıştır.

Rangoon'da 1956 yılında toplanan son konsül, Budizm'in ekümenik dünya dini olarak kabul edilmesi ve Pali dilindeki Tripitaka'nın bütününün bazı yetkin Budist rahiplerce gözden geçirilip yeniden basılması açısından önemliydi." (R. Goring :79, 80)

4. Budizm'in Yayılışı

Komutan Çandragupta Maurya, Magadha Krallığı'nı ele geçirdikten sonra Pencap'ı işgal eden Büyük İskender'e karşı yürütülen savaşın başına geçmişti. İskender'in ölümünden sonra Pencab'ı almış, Magadha Krallığı'nın sınırlarını Afganistan'ın iç bölgelerine kadar genişletmişti. Torunu Aşoka Maurya, kral olduğunda bu imparatorluğu devraldı ve daha da büyütmek için Bengal Körfezi'ne sefer düzenledi. Çetin geçen savaşta karşılaştığı olaylar, Aşoka'nın karakterini yumuşattı. Aşoka'nın içini acıma ve sevgi duyguları kapladı. Budizm'i kabul etti. Buda'nın öğretisini (dharma) tüm Hindistan'a yaymak için elinden geleni yaptı. Seylan'a, Suriye'ye, Mısır'a, Batı Afrika'ya, Makedonya'ya, Epirya'ya (Kuzeybatı Yunanistan), Türkistan'a görevliler gönderdi. Hindistan'daki et yemezlik geleneğinin ve canlıların öldürülmemesi, şiddet uygulanmaması (ahimsa) ilkesinin güçlenmesinde Kral Aşoka'nın katkısı olmuştur.

M.Ö. 130 yıllarından itibaren Kuzey Hindistan'a önce Hintlilerin Saka adını verdikleri İskitler, ardından Mete Han'ın (Mao Tun) göçe zorladığı Yüeciler geldiler. Yüeciler, Baktriya (Afganistan) ve Kuzey Türkistan'ı içine alan Kuşana Krallığı'nı kurdular. İ.S. 99 yılında Pencab'ı, Benares'i aldı-

lar. Kuşana Kralı Kanişka, Budizmi kabul etti ve Budistler'i destekledi.

"Kuşana Krallığı'nın yayıldığı bölgelerde bulunan Hindu, Zerdüşt, Hristiyan, Yunan, Roma ve Şaman kültürlerinin Budizm'le ilişkiye girmesiyle, Mahayana adı verilen yeni bir Budist akım ortaya çıktı. Mahayana'nın kurucuları olan Asvagosha ve Nagarcuna, Kral Kanişka'nın çağdaşlarıydı. Calandra'da dördüncü Budist konsül toplandı ve bu toplantıda Mahayana'nın ayrılmasıyla Budizm ikiye bölündü. Kanişka'nın bastırdığı altın paraların üzerinde Buda'nın kabartma resmi vardı. Oysa ki Miladî birinci yüzyıldan önce Buda'nın resim ya da heykellerinin yapılmasına izin verilmiyordu.

Kuşana Krallığı M.S. 226 yılında yıkıldıktan sonra Maurya Hanedanlığı'nın kurucusu Çandragupta'nın adını taşıyan bir prens, Gupta Devleti'ni kurdu ve güçlendirdi. Gupta dönemi (330-455) Brahmanizm'in yeniden doğuşu ve Budizm'in düşünce ve sanat alanında gelişmesi ile nitelenir. Hun akınlarıyla güçsüzleşen Gupta Devleti, küçük prensliklere bölünmüştü. Kanuch Kralı Harşa, M.S. 700 yıllarında, Gupta soyunun Magadha bölgesindeki egemenliğine de son verdi. Kral Harşa bir Budist idi. Ölümünden sonra krallığı, küçük prensliklere bölündü.

1100, 1200 yıllarında İslâm ordularının Hindistan'ı istilâ etmesiyle, Budizm, Hindistan'da gücünü kaybetti. O dönemlerde Budistlerin en önemli merkezi Behar'dı. İslâm ordusu Behar'ı aldığında Budist tapınaklarını ve manastırlarını yıktı. Budist dervişlerin bir kısmı Nepal'e kaçmayı başardı. (...)

Kral Aşoka'nın gönderdiği görevlilerle Seylan'a (Sri Lanka) giren Budizm, Theravada geleneğini günümüze kadar sürdürmüştür. Günümüzde Burma, Tayland, Laos, Kamboçya gibi ülkeler Theravada Budizm'inin egemen olduğu ülkelerdir. Hindu dini ve animistik inançlarla karışmış olduğu da bir gerçektir." (İ. Güngören, Buda ve Öğretisi : 155-163).

5. Türkler'de Budizm

"şamat vipaşyan ikidin sıngar

şadu yanı teg utru tuşlar."

"Samatha vipasyana, iki yanda

bir merdivenin kolları gibi, karşılıklı eşlerdir."

(Arat, Eski Türk Şiiri, s.84,85).

Birinci yüzyıldan itibaren Kuşana Krallığı'nın sınırları içindeki Batı Türkistan'da Budizm yayılmaya başladı. Bir çok Göktürk yagbuları ve kağanları Budist oldular. O dönemde Budist kültü-

rün merkezi Afganistan bölgesiydi. Budizm'in Doğu Türkistan'a ve Uzak Doğu'ya girişi İpek Yolu denilen Afganistan, Maveraünnehir, Kaşgar yoluyla gerçekleşmiştir. İpek Yolu Çin'den Avrupa'ya kadar bir kültür alışverişi sağlıyordu.

"Orhun Nehri kenarında devlet kuran Uygurlar'ın, 840 yılında Kırgızlar'a yenilip, Turfan bölgesine göç etmeden önce de Budizm ile ilişki kurdukları bilinmektedir. Uygurlar'dan günümüze kalan yazıların çoğu Budist metinlerdir. Yine de tüm Uygurlar Budist olsalar da Şamanlığı hep bu dinlerle birlikte sürdürmüşlerdir. Uygurca'da "sakınç" kelimesi dhyana ya da meditasyon; "bilig" kelimesi pracna ya da bilgelik; "bilig köngül" kelimesi vicnana ya da bilinç anlamına geliyordu.

İpek Yolu sayesinde Uygurlar bir ticaret toplumu olmuşlardı. Güvenliği sağlıyor, ticarî kazanç sağlıyorlardı. İpek Yolu üzerindeki Budist manastırlar da güçlenmiş, toprak sahibi olmuşlardı, para bastırmışlardı. Uygur Devleti yıkıldıktan sonra Çin'de Budizm'e karşı hareketler ortaya çıkmış, çoğu yabancı olan ve zenginliğin büyük kısmını elinde tutan Budist manastırlara karşı kıyım hareketleri yapılmıştı. Turfan'daki bir manastırın bodrumu, Budist dervişlerin cesetleriyle dolu olarak bulunmuştu.

Bir Türk toplumu olan Tobalar (Topa), Kuzey Çin'de 380 – 553 yılları arasında, Wei Soyu adı

altında bir imparatorluk kurdular. Şaman dinine bağlılıklarını sürdürdükleri hâlde, diğer yandan da Budist oldular." (İ. Güngören, Buda ve Öğretisi, s.163-167).

6. Uzak Doğu'da Budizm

Budizm, 69 yılında kral ve çevresinin Budizm'i benimseme kararı vermesiyle Çin'e girmiştir. Budizm'i tanıtan Sanskritçe kitaplar ve çevirmenler getirtmek için Hindistan'a görevliler gönderilmişti. Önce Hinayana geleneği ülkeye girdi. Sonra Kuşana'dan gelen Yüeçi Lokarakşa ile Mahayana metinleri çevrilmeye başlandı. Dördüncü yüzyıldan itibaren Türkistan üzerinden Hindistan'a gitmeye başlayan Çinliler Budizm eğitimi almaya başladılar. Ülkelerine dönerken yanlarında çeşitli yazılar da getiriyorlardı. Çinli ve Hintli Budist dervişler sayesinde Budizm'le ilgili yüzlerce metin Çince'ye çevrildi. Kumaraciva en ünlü çevirmendi. Çin'de Budizm, Saf Ülke (Sukhavati) Budizminin, kolayca kazanılabilecek bir cennet inancını getirmesiyle halk arasında yayıldı.

Budizm'in Taoculuk'la ilişkiye girmesi, Chan (ya da Zen) Budizmini doğurdu. 620-1126 yılları arasında Zen Budizm'i, Çin kültürünün doruğunu oluşturdu. Taoculuk ve Konfüçyüsçülük ile birlikte daha erdemli, daha bilinçli, daha mutlu

ve daha uzun yaşamanın sırlarını, yollarını Çin halkına öğretti.

600 yıllarında Kore'ye giren Budizm, çok tanrılı, animistik bir Şaman dininin üzerini kaplamıştır. Budizm günümüzde Güney Kore'de en yaygın dindir.

552 yılında Kore Kralı Kudara'nın Japon imparatoruna bir bronz Buda heykeli, bazı sutralar ve ritüel gereçleri armağan etmesiyle, Budizm Japonya'ya resmen girmişti. Başkent Nara'da Budist mabetleri, manastırları inşa edildi.

1200 yıllarında Kamakura döneminde Zen Budizmi Japonya'ya girdi. Savaş sanatlarında ve diğer tüm sanatlarda Japon kültürünün motivasyon gücü hâline geldi. Chanoyu denilen çay töreni ve İkebana denilen çiçek düzenleme sanatı örneklerinde olduğu gibi, Zen Budizmi Japon halkının gündelik yaşamına girdi. Saf Ülke ve Nişiren Budist okulları da kendilerini geliştirdiler.

1200 yıllarında Kral Srogtsen Kampa'nın desteğiyle Budizm Tibet'e yerleşti. Animistik kurban ritüeline dayalı yerel Bon diniyle (bir tür Şamanizm) ilişkiye giren Budizm'in Tibet'teki bu uygulanışına Batılılar Lamaizm adını verdiler.

1216 – 1294 yılları arasında yaşamış olan Moğolistan Hanı Kubilay Han'ın, Hanbeylik şehrini (bugünkü Pekin) imparatorluğunun başkenti yaptığı, Budist olduğu, Budizm'i devlet dini yaptığı,

devleti Budist bakanların yönettiği, Doğu Moğolistan'da Budizm'in yaygın olduğu biliniyor.

1960 yılında Çin Halk Cumhuriyeti, Tibet'te Lamalar'ın yönetimine son vermiş ancak Moğolistan'da Lamaizm günümüze dek en yaygın din olma özelliğini korumuştur.

7. Hinayana Budizmi

Hinayana geleneğinde manastır yaşamı üzerinde durulurken, Mahayana geleneğinde manastırda yaşayanlar da aileleriyle evlerinde yaşayanlar da eşit tutulur.

Hinayana geleneğinin "bencil" ve "dar görüşlü" olduğunu iddia etmek kötü bir karikatür olur; çünkü Budizm'in erken dönemlerindeki ana amaç "ayrı bir kendilik (self) ya da benlik (ego) fikrinden kurtulmak"tı. Manastır yaşamında kişisel çaba göstermek kadar, herkese karşı "şefkatli bir sevgi" (metta) ve "merhamet" (karuna) duymakta başlıca amaçlardandı.

"Budist terminolojide "hareket" ya da "yolculuk" fikrinin ne kadar önemli olduğunu, üç temel geleneğinde isimlerinde "araç" (yanas) terimini içermesinden ve "dharma"nın kendisini "orta yol" olarak adlandırmasından anlıyoruz. "Sekiz katlı soylu yol" var ve öğreti kendisini "tekerleği

çevirmek" ile sembolleştiriyor. Acı (dukkha) ve mutluluk (sukha) da arabanın kötü tekerleği ve iyi tekerleği olarak sembolize ediliyor. Yaşam yolculuğu böyle çözümleniyor." (Mel Thompson: 31)

8. Theravada Budizmi

Sri Lanka, Burma, Tayland, Kamboçya ve Laos gibi Güneydoğu Asya ülkelerinde yaygın olan bir Budizm biçimidir. Doktrinleri, İsa'dan önce üçüncü yüzyıldaki şekliyle korunmaktadır. Başlıca yazılı kaynakları Tripitaka ya da Pali Canondur.

"Theravada'nın Buda'nın öğretilerini yorumlayışı tutucudur. Sadece Buda ile ilgilenilir. Theravada'nın en son amacı kâmil bir bilge ya da Arhat olmaktır. Bununla birlikte, her inananın hakiki aydınlanmaya erişebileceğine inanmazlar. Bunun yalnızca dinsel tarikatlara girilerek mümkün olabileceğini, girenlerin bile hepsinin birer Buda olmasının imkânsız olduğunu düşünürler." (R. Goring : 527)

9. Mahayana Budizmi

Mahayana geleneği, Hinayana geleneğinin ideali olan Arhat ("en değerli olan") kavramına karşıt olarak Bodhisatva kavramını geliştirmiştir. Arhat idealinin "bencillik" içerdiğini çünkü Nirvana'yı

yalnız kendisi için amaçladığını düşünürler. Bodhisatva'nın amacı ise bütün duyarlı varlıkları kurtuluşa ulaştırmaktır. Mahayana hareketi, Hindistan'da, M.Ö. 200 yıllarında, skolastik geleneklere karşı bir tepki olarak ortaya çıkmıştır. Skolastik geleneğin "yazılarla ve işin felsefî kısmıyla çok fazla ilgilendiğini" ve "meditasyonu", "başkalarıyla ilgilenmeyi" ihmal ettiğini düşünüyorlardı.

"Mahayana geleneği, birbiriyle bağlantılı olan iki erdemi vurguluyordu: Karuna (merhamet) ve prajna (hikmet). Budalık yolundaki Bodhisatva kendisinde bunları açığa çıkartma eğitimi görüyordu.

Hindistan'da Mahayana uygulayan iki önemli felsefî okul Madhyamaka ve Yogacara'dır. M.S. 700 yıllarında bir başka başarılı hareket daha ortaya çıkmıştır: Vajrayana ya da Tantrik gelenek." (John Powers : 133,134)

10. Chan Yolu

Chan, Çin Budizmi'nde meditasyonu ifade eden genel bir terimdir. M.S. 600'lerden itibaren kurulmuş olan bir Budist okulu da ifade etmektedir. Mahayana, Budizm öğretilerini Taoculuk ile birleştirmiş ve entelektüel yaklaşımın tam karşıtı olan bir meditatif deneyimi vurgulamıştır. Chan, Japonca'da "zen" sözcüğüyle karşılan-

mıştır ve Batı'da daha çok bu isimle tanınmaktadır. Kore dilinde "son", Vietnam dilinde thien olarak bilinmektedir.

Chan gerçekliğin kavramsal olmayan, doğrudan bir biçimde anlaşılmasını amaçlayan bir meditasyon türüdür. Sanskritçe bir terim olan ve meditasyon anlamına gelen "Dhyana"dan türetildiği sanılmaktadır. Hintli Budist rahip Bodhidharma geleneğe göre Hint kolunun yirmi sekizinci, Çin kolunun ise birinci atası (patriarch) sayılmaktadır. Bazı uygulamalarda meditasyona, bazılarında ise kung-an'a (Japonca'da koan) önem verilmektedir. Kung-an'lar ya da koanlar 'kavramsal düşünme süreciyle' çözülemeyecek, 'hakikatin doğrudan gerçekleştirilmesiyle / anlaşılmasıyla' çözülebilecek şekilde hazırlanmış bilmecemsi sorular ya da sözlerdir.

11. Chanoyu ya da Çay Töreni

Taocular çayın, ölümsüzlük iksirinin ana maddesi olduğunu söylerlerdi. Budistler ise uzun meditasyon saatleri boyunca uyumamak için çok miktarda çay içerlerdi.

Okakuro Kakuzo "*Çay Kitabı*" isimli eserini Japonya'nın, Batı kurum ve fikirlerinin akını yüzünden kültürel değerlerini yitirmeye başladığı bir dönemde, 1906 yılında yazmıştı. Bu kitap,

uzun yıllar boyunca, Uzak Doğu yaşantısını ve felsefesini tanımak için en uygun kaynaklardan birisi olmuştu. Chado (çay yolu) ve chanoyu (çay töreni) üzerine yazarken Çince'ye hâkim oluşunun yanında Budizm, Tao ve Konfüçyus değerlerini tanıyor olmasından da yararlanmıştır.

Çay yolu, 15.yüzyılda doğmuş olan çiçek yoluyla yaşıttı. "Efsaneye göre ilk çiçek düzenlemesi, yaşayan her şeye duydukları merhametle, fırtınada yerinden kopup dağılan çiçekleri toplayıp su dolu vazolara koyan eski Budist azizlerin sayesinde doğmuştur. Büyük ressam Soami'nin bu sanatın ilk takipçilerinden olduğu söylenir." (Çay Kitabı : 82).

Okakura, Asya yaşamının değerlerini ve maneviyatını Batı'ya tanıtmak, Uzak Doğu kültürünün özünü en duru şekliyle yansıtmak için çay yolunu seçmişti. Uygulayıcılarını seçkin bir zevkin sahibi olan asillere dönüştüren şeyin, Uzak Doğu'nun demokrasi ruhu olduğunu savunuyordu. Çay yolunda manevî bir kültür şekli, yaşam sanatına dönüşebilecek bir disiplin buluyordu.

Asya halkları arasında birleştirici bir unsur olan çay içme adeti, bu kültürler arasındaki sıkı bağları hatırlatan bir ortak noktadır. Çay yolu ve çay töreni, ruhsal olgunlaşmanın kısa yolu hâline gelmişti. Gündelik yaşamlarımızdaki mücadeleler-

den, hırslardan, koşuşturmacalardan, gürültülerden arınmadan 'içsel huzurumuzu' yaşamayacağımız görüşüne dayanan chanoyu, bize bu fırsatı sağlıyordu. Bu yolda, merhamet, sadelik ve tevazu, hayatın üç incisi sayılıyordu. Çay yolunun temellerini kuran Sen Rikyu şunları söylemişti: "Chanoyu sadece odun toplamak, su kaynatmak ve çay içmekten ibarettir. Temel ilkeleri ise uyum, saygı, saflık ve dinginlik'tir." (Çay Kitabı : 96). Uyum ve saygı toplumsal, saflık ve dinginlik ise içsel değerlerdir.

12. Taoculuk

Taoculuk, Budizm ve Konfüçyüsçülük ile birlikte, Çin'deki başlıca dinlerden birisidir. Milattan önce altıncı yüzyılda yaşamış olan Bilge Lao Tzu tarafından yazıldığı kabul edilen TaoTe Ching isimli metin, 5250 kelimeden oluşmaktadır. Savaş yıllarında yazılan bu metin, "çıldırmış gibi saldırmak" yerine "yaratıcı bir eylemsizliği" (wu-wei) ilke olarak sunmaktadır. Doğallığı ve kendiliğindenliği savunmaktadır. Temel kavram olan Tao, evrenin temelindeki değişmeyen ilkedir.

Yaşamın sırrı, "hiçbir şey yapmayan ve hiçbir şeyi yapmaktan geri kalmayan" Tao ile uyum içinde yaşamaktır. Tao çabasız ve kendiliğinden bir şekilde izlenen yoldur. Kendini ve başkalarını yö-

netirken izlenen yoldur. Kendinle, ötekilerle ve doğayla uyum içinde yaşarken izlenen yoldur.

Chuang Tzu, milattan önce 369 ile 286 yılları arasında yaşamış bir Taocu filozoftur. Kendi ismini koyduğu Taocu bir çalışma kitabının yazarıdır. Chuang Tzu adlı bu kitap, TaoTe Ching ile birlikte felsefî Taoculuğun en önemli eseri sayılmaktadır. Budist gelenekten de etkilenmiştir. Kitabı kişisel anekdotlar şeklindedir. Tao kavramının her şeyi kuşatan yol olduğu üzerinde durmaktadır. Her şeyi üreten, besleyen ve dönüştüren yol. Biçimsel ve ahlâksal düzenden çok doğallık ve kendiliğindenliği savunmaktadır. Entelektüel bir eğitimi değil içsel bir mistisizmi vurgulamaktadır. Chan ve Zen geleneklerini etkilemiştir.

Chuang Tzu'nun kitabından 'Meseller' adlı bölüm:

"meseldir sözümün onda dokuzu

eski ustalardan onda yedisi

bir yudum su kadar gündelik sözler

Gök'ün uyumundan gelir büyüsü"

Sözlerimin onda dokuzu eski mesellerdir dedim. Bunların çizdiği tablolar, anlattığı öyküler belli görüşleri anlatmak içindir. Derler ki, görücü gidildiğinde damadı babasının övmesi yakışık almaz. Babasından başka biri övmeli damadı... Görüşlerini paylaşanlar çözeceklerdir meselleri,

paylaşmayanlar çözemeyeceklerdir. Çünkü insan, kendine uyan görüşlere doğru der, uymayan görüşlere yanlış.

Sözlerimin onda yedisi eski ustaların sözleridir dedim. Saygıdeğer öğretmenlerimdir onlar benim. Ne ki yılların sıralanışında önce gelen, ama zamanın çıkrığını eğirmede ustalık göstermeyen kişiyi, salt yaşından ötürü saygıdeğer saymam ben...

Söz, bir yudum su kadar gündelikse eğer, ve Gök'ün uyumundan alıyorsa büyüsünü, bizim yıllarımızı aşacak, sonsuza erişecek demektir. Sözlerin ötesinde birlik vardır. Ama sözler varamaz bu birliğe ve sağlasa da asıl birlik değildir o... Söyleşmeye söz gerekmez. Kimi yaşam boyunca konuşur, bakarsın bir şey söylememiş; kimi de bir yaşam boyunca susar, ama görürsün ki hep bir şeyler söylemiş." (Chuang Tzu, Taoculuk Üzerine Meseller Diyaloglar: 93).

13. Konfüçyüsçülük

Budizm, Çin'deki biçiminde Konfüçyüsçülük ile iç içe geçmiştir. Latince ismiyle Kung Fu Tzu, halkın deyişiyle 'Kung Usta' M.Ö. 551-479 yılları arasında yaşamış bir Çin filozofudur. Eski dinsel kuralların yerine toplumsal ve siyasal düzen üzerinde temellenen ahlâksal kuralları geçirmeye

çalışmıştır. Kendi yolunda (tao) yardımseverliği, karşılıklı ilişkiyi, saygıyı ve kişisel çabayı vurgulamıştır.

En eski Çin irfanı olan Konfüçyüsçülük, iki etik kanala sahiptir. Birinci kanal geleneksel davranış kotlarını onların gerçekleştirilmesi için izlemektir. İkinci kanal ise sezgiseldir ve bizim kendi ahlâksal doğamızın sesini dinlememizi önerir.

"Üstat dedi ki : Büyük ve üstün insan, hep hoşnut ve rahattır. Küçük bir insansa hep üzüntü ve telaş içindedir." (Konfüçyüs, Konuşmalar: 47).

14. Zen Budizmi

Yaşarken, ölü biri ol

Gerçek ölü

Ve sonra istediğin gibi davran

İşte iyinin tümü.

(Bunan)

Japon dilinde "meditasyon" kelimesinin karşılığı "Zen"dir. Zen Budistler herkesin potansiyel olarak "aydınlanmış" olduklarını fakat bu olguyu göremediklerini, bir çeşit körlük içinde olduklarını söylerler. Bundan dolayı meditasyon ve diğer uygulamalarla, kişiyi kendi aydınlanmasına uyandırmak, bu sayede de her şeyin hakiki doğa-

sını görebilen bir saf bakışa erişmesini sağlamak isterler. Zen iletişimi her zaman, "dolaysız bir gösterme"dir.

"Öğretmeden ve gelecekten uzakta

Harflere ve kelimelere bağlı kalmadan

İnsan zihnine doğrudan gösterme / işaret ile

Kişinin yaradılışını anlaması, Budalık'a ermesi."

(Watts, Zen Yolu, s.119).

Zen Budizm anlayışında "aydınlanma", uzak bir gelecekte erişilecek bir şey olarak görülmez. Şimdi, meditasyon yoluyla deneyimlenebilecek, sezgisel bir şey, satori olarak görülür.

Zen Budizmi'n iki temel biçimi Rinzai ve Soto'dur. Rinzai Zen, bir anda gerçekleşebilecek aydınlanma olanağını vurgular. Koanlar (paradoksal sorular) kullanarak alışılmış düşünme tarzını kırmaya çalışır. Bu koanların, alışılmış mantık kalıpları içinde bir anlamları yoktur. Ayrıca mondoları (hikâyeleri) kullanarak sezgileri harekete geçirir. Amaç, birdenbire saf farkındalığa, satoriye ulaşmaktır. Soto Zen ise zazen pozisyonunda meditasyona oturularak daha yavaş ve sistematik gelişimi öngören bir uygulamayı vurgular. Koanları da kullanır.

"Zen uygulayıcıları için çay töreni, çiçek düzenleme, bahçe düzenleme gibi sanatlar tinsel geli-

şimin araçları olarak görülür. Temel olan şey "şu anda olabilmek"tir. Kişinin şu andaki görüşünü sınırlayan her şey "terkedilir". Haiku denilen on yedi heceli kısa şiirler, Zen'in basitliğini ve sınırlarını gösterir, sezgileri harekete geçirir, derin farkındalığı uyandırır." (Mel Thompson : 101)

"Zen uygularken Zen ile bir olursunuz. Siz ve zazen diye iki ayrı şey yoktur. Eğildiğinizde, siz ve Buda diye iki farklı şey yoktur. Eğilme, tek bir bütün hâlinde meydana gelir, hepsi bu. Bu, Nirvana'dır. Buda, Maha Kashyapa'ya ilettiğinde, yalnızca bir gül uzatıp gülümsemişti. Ne demek istediğini yalnızca Maha Kashyapa anlamıştı." (Shunryu Suzuki : 67).

Yalnızca kendiniz olduğunuzda, tam anlamıyla kendi önünüzde eğilir ve herşeyle bir olursunuz. Yalnızca kendiniz olduğunuzda, her şeyin önünde gerçek anlamda eğilebilirsiniz. Bu ruhla eğildiğinizde, bütün kurallar ve bütün öğretiler sizindir ve Büyük Zihin içinde her şeye sahip olursunuz.

"Japon çay töreninin yaratıcısı Rikyu, 1591'de efendisi Hideyoshi'nin emriyle harakiri yapmıştı. Rikyu, yaşamını yitirmeden hemen önce, 'Bu kılıcı elime aldığımda, ne Buda ne de atalar vardır', demişti. Büyük Zihin'in kılıcına sahip olduğumuzda, ikinci bir dünyanın, ikiliğin olmadığını söylemek istemişti." (Shunryu Suzuki : 48).

15. Zen Budizm ve Haikular

Zen Budizm ile on yedi heceli kısa Japon şiirleri olan haikular arasında bir ilişki vardır. Her ikisinin de temelinde Taoizmin olduğu söylenebilir. Lao Tse'nin ya da Japonca'daki deyimiyle Roshi şöyle demiştir:

'Başkalarını bilen, bilgi edinir.

Kendini bilen, aydınlanır.'

İşte bu 'aydınlanma' ya da 'bilgelik' biçimi haikularla ilişkilidir. Bu alanda büyük usta sayılan Basho'nun bir haikusu şöyledir:

'Unutma sakın / çalılık içinde / erik çiçeğini'

Bu haiku, Basho'nun, uzun bir yolculuğa çıkmakta olan öğrencisine söylediği 'ayrılış' haikusuydu. Erik çiçeği Basho'nun metaforuydu. Bir süre birlikte yürümüşlerdi öğrencisiyle Yol'da. Sonra yolları ayrılmıştı. Çalılık ise Akabe'nin simgesiydi. Hedefe varmadan önce geçilmesi gereken zorlu geçit. İşte o geçitte öğrencisini tek başına yürürken, bedensel olarak yanında olamayacaktı belki ama 'beni hatırla' diyerek, düşünsel bir birliktelik öneriyordu.

16. Zen Budizm ve Psikanaliz

Bütün bilmecelerle, şifrelerle ve karşıtlıklarla doluluğunun ötesinde

Zen, basit bir disiplin ve öğretidir :

İyi şeyler yapın,

Kötülükten sakının,

Kendi kalbinizi saflaştırın

İşte Buda Yolu budur.

İster modern ister antik, ister Batılı ister Doğulu olsun,

Bütün insani durumlara uygulanamaz mı bu sözler?

(D.T. Suzuki)

Zen Budizm ile psikanaliz arasında bir ilişki kurma çabası içine girildiğinde, iki sistemin tartışılması gerekiyor. Her iki sistem de insan doğasıyla ilgili bir teori ve insanın hâlini düzeltecek, güzelleştirecek bir pratik içeriyor. Birincisi Doğu düşüncesinin, ikincisi ise Batı düşüncesinin karakteristik bir ifadesi.

"Zen Budizm, Hint akılcılığı ve soyutlama yetisi ile Çin somutluğu ve gerçekçiliğinin bir karışımıdır. Zen ne kadar Doğulu'ysa, psikanaliz de o kadar Batılı'dır, Batı hümanizminin ve akılcılığının çocuğudur. Akılcılığı devre dışı bırakmak için karanlık güçler arayışına giren ondokuzuncu yüzyıl romantiğinin çocuğudur. Daha da geriye gidersek, Yunan bilgeliği ile Mûsevi töresi, insana bu

bilimsel ve tedaviye yönelik yaklaşımın tinsel babaları sayılırlar." (Erich Fromm'un yazısından alıntı, Zen Buddhism and Psychoanalysis, s.77).

17. Nichiren Budizmi

Nichiren Budizmi, bir Japon rahibi olan Nichiren Daishonin (1222-1282) tarafından kurulmuştur. Çok renkli ve alışılmadık bir karaktere sahipti. Hükümeti eleştirdiği için tutuklanmış, hapsedilmiş, sürgüne gönderilmişti.

Nichiren Budizmi, Saf Ülke geleneğini takip eder. Başlıca tinsel uygulaması, meditasyondan çok kutsal şarkılar söylemektir. Lotus Sutra'yı öğretisine temel alır. Takipçileri "Nam myoho renge kyo" deyişini yüksek sesle tekrarlarlar. Nam sözcüğü "kendini ada", myoho renge kyo sözcükleri ise "Lotus Sutra'nın mistik kanunu" anlamına gelir. Birbirlerini bu deyişle selâmlarlar ve o kadar hızlı söylerler ki, yabancılar ne dediklerini bile anlamazlar.

Yaşamdaki başarı ve mutluluğa önem verir. İnsanları yukarıdaki deyişi tekrarlamak ve öğretiyi gündelik hayatlarında denemek, bir değişime yol açıp açmadığını yönünde yüreklendirirler. Bu deyişi tekrarladıkları sırada yayılan titreşimlerin bütün dünyaya yarar sağladığını düşünürler.

"Yirminci yüzyılın ikinci yarısında Sokka Goksi (Değer Yaratan Toplum) adlı uluslar arası bir kuruluş faaliyet göstermeye başlamıştır. Bu kuruluşun ismi, Nichiren Budistleri'nin "genel tutumunu" yansıtmaktadır: Pratik sorunları çözmeye çalışmak her durumda en büyük değeri yaratmaya çalışmak, yaratıcı olmak, yaşamdaki her olanağı değerlendirmek, kişisel ve hep birlikte hareket etmek." (Mel Thompson : 54)

18. Pure Land Budizmi

Pure Land ya da Saf Ülke Budizmi'nin temelî ebedi yaşam ve sonsuz nur olarak görülen Amida Buda'ya kendini adamaktır. İnsanlar onun ismini mutlak bir samimiyetle tekrarladıklarında, Amida Buda'nın "içinde tinsel gelişim için hiçbir engel olmayan" Saf Ülke'yi yaratacağına inanılır.

"Amida Buda'nın anılması, gerçekliğin kendisinin anılması ve evrensel merhametin ifadesi olarak kabul edilir. Budizm'in bu kanalının, akılcı çözümlemeleri ve konsantrasyon çalışmalarını aydınlanma yolu olarak kullanan diğer Budizm çeşitlerinden ne kadar farklı olduğu görülmektedir.

Amida'nın lütfu her şey olduğundan, Saf Ülke Budizm'i manastıra kapanmakta bir yarar görmez." (Mel Thompson : 63)

19. Vajrayana Budizmi

Tantracı Budizmin kullandığı terimlerden birisi Vajrayana ya da "Elmas Aracı"dır. Öğretisel temeli 600 ile 1000 yılları arasında Hindistan'da oluşturulan ve Tantralar adı verilen yazılardır. Bunların Buda tarafından açıklandığı söylenir.

Vajrayana Budizmi, Mahayana Budizmi'nin temel Bodhisatva yolunu izler. Fakat "Budalık'ı kazanmak için" gerekli olan zamanı kısaltan "yeni teknikler" öğretir. Bu teknikler arasında ritüeller, ellerin ve parmakların duruş şekliyle ilgili semboller olan mudralar, mandalalar ve görselleştirmeler vardır.

"Temel uygulama "deity yoga" (devata yoga)dır. Meditasyon uygulayıcısı bir Buda'nın bütün kemâlat niteliklerini taşıyan bir Buda şeklinde kendisini görselleştirir. Merhamet dağıtır. Gelenek, sırlar ve coşkusal enerji üzerine kurulu olduğundan ancak meditasyon bu niteliklere sahip bir Guru'ya bağlanarak gerçekleşebilir.

Vajrayana Budizmi, Tibet ve Moğolistan'da hâkim meditasyon geleneğidir. Uzak Doğu'daki ezoterik Budist okullarda, Çin'deki Chen-yen ve Japonya'daki Shingon geleneklerinde de uygulanmaktadır." (John Powers : 236)

20. Tibet Budizmi

Budizm, Çin ve Uzak Doğu ülkelerine yayıldık-

tan çok sonra, 700 yıllarında Tibet'e girmiştir. Budizm'in şekli, Hindistan'daki gelişmelerden etkilenmiştir. 400 yıllarından itibaren mantralar, mudralar, mandalalar, Deity resimleri Mahayana çalışmalarında gözükmeye başlamıştır. Bunlar sistemleştirilmiş ve Vajrayana ortaya çıkmıştır. İşte Tibet'te gelişen bu gelenek olmuştur.

"Tibetli Budistlere göre aydınlanmaya ulaşanlar, ölümden sonra tekrar doğuşun olmadığı yer olan Altın Işık Ülkesine gideceklerdir." (İbrahim Sümer : 197).

"1100 yıllarından itibaren Budizm, doğduğu ülke olan Hindistan'da, Müslüman ordularının da etkisiyle, yıkıma uğramıştır. Vajrayana geleneği öncelikle Tibet'te korunmuştur. Tibet Budizmi'nin okullarından birisi Kagyu'dur. Avrupa'ya, Birleşik Devletlere ve Uzak Doğu'ya yayılmıştır. Bir başka okul Gelugpa'nın başında Dalay Lama olduğu için daha fazla tanınmıştır. Çin istila edene kadar Tibet'in yönetimi bir Dalay Lama'daydı." (Mel Thompson : 85)

21. Dalay Lama

Tibet Budizmi'ndeki en geniş okul Gelugpa'dır. Anlamı "erdemli gelenek"tir. Genel olarak "Sarı Şapkalılar" olarak tanınırlar. 1400 yıllarında Tsong Kapa tarafından Theravada manastırlarında kullanılan kurallarda ve manastır düzeninde reform yapmak amacıyla kurulmuştur.

Geleneksel olarak Lhasa'nın Büyük Lama'sı, Gelugpa okulunun başındaki kişi olurdu. Onaltıncı yüzyıldan itibaren bu kişinin ünvanı Dalay Lama olarak belirlendi. Dalai kelimesi "deniz" anlamına geliyordu ve Dalai Lama, "deniz gibi öğretmen" demek oluyordu. Onyedinci yüzyılda beşinci Dalay Lama Tibet'in hem dinsel hem de siyasî lideri oldu ve Lhasa'da Potala sarayını inşa ettirdi.

"Dalay Lamalar'ın her biri, Bodhissattva Avalokiteshvara'nın (Tibetçe Chenrezig) bir enkarnasyonu olan, dolayısıyla merhametin bedenlenmesi sayılan "ilk olan"ın reenkarnasyonu olan bir tulku idi. Batı'da Tibet'in "tanrı-kralı" sayılıyordu.

Çin'in Tibet'i işgalinin dokuzuncu yılında, yani 1959'da, Dalay Lama Tibet'ten kaçtı ve kuzey Hindistan'da Dharamsala'ya yerleşti. Tibet halkının ve dünyaya yayılmış Tibet Budizmi cemaatinin manevî başı olarak, sürgündeki Tibet halkının odak noktası ve temsilcisi gibi davrandı." (Mel Thompson : 17)

22. Budist Felsefe

Budist felsefede akıl ve sezgi önemli bir yer tutmaktadır. Budistler 'sezgi' için genellikle 'prajna' terimini, 'akıl' ya da akıl yürütme için ise 'vijnana' terimini kullanmaktadırlar. Vijnana bizim duyular, anlık, akıl, akıl yürütme dünyamızı kapsar. İkiliğin ve parçaların dünyasıdır, her zaman çözümleyici-

dir. Prajna dünyasında ise farklılaşma, ayırma, bölme yoktur. Görülen ile görenin aynı olduğu bir dünyadır. Kendinden memnundur. Bütünün kendini bildiği alandır. Bütünleştirici ilkedir.

PRAJNA ÖZELLİKLERİ	VİJNANA ÖZELLİKLERİ
1. Sunyata (Boşluk).	Varlık ve yokluk dünyası.
2. Tathata (Öylelik)	Tanımlamalar dünyası.
3. Prajna (Sezgi)	Vijnana (Bölme).
4. Nirvana	Samsara (Doğmak ve ölmek).
5. Bodhi (Aydınlanma)	Avidya (Cehalet)
6. Saflık	Bulaşıklık, Kirlilik.
7. Zihin (citta)	Duyumlar.
8. Dharma (En son gerçeklik)	Sarvadharma (Bireysel varolanlar).
9. Saf deneyim	Çokluğun deneyimi.
10. Saf fiil (akarma)	Neden – sonuç dünyası.
11. Farksızlık, Ayrımsızlık	Farklılık, Ayrım.
12. Bölmemek	Bölmek.
13. Zihnin yokluğu (No-mind) düşüncenin yokluğu (No-thought)	Bireysel bilinç
14. Ebedî şimdi ya da saltık olarak varolmak	Zaman ilişkileri.
15. İkilik olmayan.	İkilik

(D.T. Suzuki, Studies In Zen, s.108.)

23. Budist Psikoloji

Klasik Budist metin Abhidhamma, günümüzde en yaygın ve en ayrıntılı "geleneksel bilinç hâlleri psikolojisi" kabul edilmektedir. Abdidhamma, Buda'nın öğretisine tematik bir yapı ve mantıksal gelişim kazandırmıştır. Amacı kuramsal değil uygulamaya yöneliktir ve meditasyon yöntemi kullanılır. Amaç, insanlara arzuların susuzluğundan ve acıdan kurtulabilmeleri için bir "sezgisel görüş" (insight) kazandırmaktır. Şeylerin sonluluğu (anicca), kendiliğin gerçekdışı olması (anatman) bu sezgisel görüşle anlaşılacaktır.

"İ.S. 430 yılında Budaghosa tarafından yeniden özetlenmiştir. Vishuddhimagga (Arınma Yolu) adı altında üç safhaya ayrılmıştır.

1. Sila (Ahlâksal çalışmalar); 2. Sati (Zihinsel disiplin, konsantrasyon, meditasyon, samadhi çalışmaları); 3. Punna (Hikmet ya da bilgelik, "doğru niyet" ve "doğru görüş" ile birlikte hakikatin doğrudan ve sezgisel olarak anlaşılması.)" (Roger N. Walsh, Ego Ötesi : 173-177, Daniel Golemann'ın 'Geleneksel Budist Psikolojisinde Zihin Sağlığı' başlıklı yazısından alıntı.)

24. Transpersonal Psikoloji ve Budist Psikoloji

Transpersonal Psikoloji ya da Kişilik Ötesi Psiko-

loji (birey ötesi diye de karşılanıyor) insanı, dört ana boyut içinde ele alır: 1) Bilinç, 2) Koşullanma, 3) Kişilik ve 4) Kimlik.

"Tüm deneyimlerimizin temeli ve bağlamı olan bilincimiz, genellikle savunmacı biçimde "kasılmış" durumdadır. Tepkilerle (reactions) belirlenen bir yaşam sunan bu savunmacı kasılmadan kurtulabilmek için zihnimizi sakinleştirmeli, algı filtremizi temizlemeli (ya da algısal çarpıtmaları azaltmalı) ve içimizde doğuştan varolan çeşitli potansiyellerimizi tanımalı ve onlara değer vermeliyiz. Onları gündelik yaşamlarımıza sokup "tepkilerle yaşamak"tan, "değerlerle yaşamaya" geçmeliyiz." (Roger Walsh, Ego Ötesi : 67)

Bilincimizde "bellek kayıtları", "düşünceler", "inançlar" ve "değerler" den oluşan algı filtrelerimiz diğer bir deyişle "gerçeklik haritalarımız" vardır. Her bilinç hâli, kendi gerçeklik haritasını oluşturur. Algıladığımız gerçeklik bizim bilinç hâlimizi yansıtır. Krishnamurti'nin dediği gibi : "Neyseniz öyle algılıyorsunuz!" Toplumsal koşullanmalarımız da algı filtremizi etkiler.

Her bilinç hâli kendi gerçeklik resmini oluşturduğuna göre, "bildiğimiz gerçeklik" yalnızca göreceli olarak gerçektir. Dolayısıyla da "psikoz", "tek bir gerçekliğe bağlanmaktır".

Doğu disiplinlerinin ve özellikle de Budizm'in

ayrıntılı olarak incelediği koşullanma çeşitlerinden en önemlisi "bağlanma"dır (upadana, attachment). Bağlanma, "arzu" ile ilişkilidir ve bu arzunun doyurulamaması "acı" ile sonuçlanır. Bağlanmadan kurtulmak (viraga, detachment) ise acının durdurulmasında temel faktördür. Bağlanma olgusu yalnız nesnelerle ya da kişilerle sınırlı değildir. Özel ilişkilere, bir yaşam üslûbuna, özel bir kendilik imgesine (self image), bir davranış biçimine, bir psikolojik sürece, hatta acı çekmeye ve değersizlik duygusuna bağlanmak da söz konusudur.

Bizler kimliklerimizin rollerimizden, sorunlarımızdan, ilişkilerimizden, bilincimizin içeriklerinden kaynaklandığına "inandığımız" sürece, kişisel sürekliliğimizin zarar görmesinden duyduğumuz korku, bağlanmalarımızı ve koşullanmalarımıza daha sıkı sarılmamıza neden olur. Kişilik ötesi psikanaliz çalışmalarında uygulanan Budist meditasyonlara katılan birçok kişi, ilk aldıkları bilgilerden ve ilk deneyimlerden sonra genellikle şunu sorarlar : "Eğer tüm bağlarımdan kurtulursam kim ve ne olurum ben?"

Birçok psikolojik kuram, insanın "kişiliği ne ise o olduğunu" kabul eder. Kişilik ötesi bakış açısından bakıldığında ise kişiliğe, göreceli olarak daha az önem verilir. Kişilik, varlığın görünen yan-

larından yalnızca birisi olarak ele alınır. Psikolojik sağlığın, kişiliğin "değiştirilmesinden" çok, kişilikle "özdeşleşmenin" bırakılmasını kapsadığı belirtilir. Kişinin duygusal yükünün (klesha) bir parçasını "kendi kişisel draması" diğer bir parçasını da "başkalarının dramaları" oluşturur. Bunlardan bağımsızlaşması ya da kendisini bunlarla "kimliklendirmeyi", "özdeşleştirmeyi" bırakması önerilir.

Kimliklerimiz nasıl ortaya çıkmaktadır? En derin varlığımız olan farkındalık (awareness) kendisini bir zihinsel içerik ile kimliklendirdiğinde, bu "zihinsel içerik" bütün diğer zihinsel kapsamın ve deneyimlerin "nasıl görüleceğini" belirleyen bağlam hâline gelmektedir. İçerik, bağlam olmakta ve diğer içerikleri yorumlamaktadır. Ego ortaya çıkmaktadır. Bu "ego filtrelerinin" kaldırılması, özgür olmak anlamına gelmektedir.

Meditasyon uygulamaları başlangıç düzeyinde bile sakinliği, duyarlılığı, kabul edebilme gücünü, empatiyi, sezgiyi ve açıklığı arttırmaktadır. Bunları deneyimleyen bir insan, daha önceki sıradan farkındalık ve algı düzeylerin "duyarsız", "çarpıtılmış" ve "iradî kontrolün dışında" olduğunu anlamaktadır. Kişilik ötesi alana geçilen kapı olarak kullanıldığında ise kişi kendisini "dönüşmekte olan bir süreç" olarak algılamakta, ile-

ri düzeyde meditasyon uygulayıcılarının belirttikleri bilinç ve algı düzeylerini, sezgiyi, sakinliği, sevinci, sevgiyi daha doğru anlamlandırabilmektedir. Bu sürecin daha ileri aşamalarında ise bilinçte, "aydınlanma" ya da "özgürleşme" (nissarana) denilen dönüşüm gerçekleşmektedir.

25. Budizm ve Jiddu Krishnamurti

Krishnamurti'de hakikatin gözlemi bilgelik, bilgeliğin algılanması zekadır. Hakikat, bilgelik ve zeka dolu bir yaşam ise 'hakikî dinsel yaşam' dır.

Krishnamurti için "aydınlanma", "kendilik"ten bütünüyle özgürleşmektir. John White'ın kendisiyle yaptığı röportajda şunları söylemiştir:

"Aydınlanma, kendilikten bütünüyle özgürleşmedir. Korkudan, endişeden, bağımlılıklardan, acıdan bütünüyle özgürleşmektir. Dolayısıyla aydınlanma üzerine bir makale yayınlayabilirsiniz, insanlar bunu okur, "Evet, kabul ediyorum" der ve sonra değişmeden kendi gündelik yaşamlarını sürdürürler. Bir insanın yaşamını değiştirmesi sadece bir yazıyı okuyup "kabul ediyorum" demekle olmaz. Büyük bir dikkat ve kendi içinde büyük bir araştırma gerektirir. "Ben değişeceğim" diyen çok az insan var." (John White, Aydınlanma Nedir:173)

Kendini bilmek, meditasyon, sessizlik ve koşullanmadan özgürleşim üzerine şunları söyler Krishnamurti:

"Bir resme, bir fikre, bir efendiye kendini adamak meditasyon değildir. (...) Kendinizi anlamadan yapabileceğiniz tek şey temel özelliklerinize (background) ve koşullanmanızın tepkisine uygun davranmaktır. Bu ise meditasyon değildir. Ama bu tepkilerin farkında olmak, (...) doğru meditasyonun yolu budur. Meditasyon yaşamdan el etek çekmek değildir. Meditasyon insanın kendini anlama sürecidir. Kişi kendini, yalnızca bilinçli değil, bütün gizli kalmış yönlerini anlamaya başladığı zaman, dinginlik olur." (Krishnamurti, Tanrı Üzerine: 106).

"Kendinin bilgisi meditasyonun başlangıcıdır, kendinin bilgisi olmadan meditasyon yoktur. Kendinin bilgisi sorununun derinlerine indikçe insanın 'üst zihni' yalnızca dingenleşip sessizleşmez, aynı zamanda farklı gizli katmanları da ortaya çıkar. Yüzeysel zihin sessiz olduğu zaman, bilinçaltı, bilincin gizli katmanları kendilerini yansıtır. Kendi içeriklerini ortaya çıkarır, (...) dolayısıyla kişinin varlığının bütün süreçleri tam olarak anlaşılmış olur." (Tanrı Üzerine: 107).

"Dolayısıyla zihin son derece sessizleşir. Kendisi sessizdir, sessizleştirilmez, bir ödül ya da korku

aracılığıyla sessiz olmaya zorlanmaz. O zaman geçekliğin ortaya çıktığı bir sessizlik vardır. Ama bu sessizlik Hristiyanlar'a, Hindular'a ya da Budistler'e özgü bir sessizliğin yolunu izlerseniz, asla sessiz olamazsınız. Gerçekliği bulmak isteyen bir insanın 'koşullanmasını' tamamıyla bir kenara bırakması gerekir. İster Hristiyan, ister Hindu, ister Budist, isterse başka herhangi bir gruba ait olsun." (Tanrı Üzerine: 107).

Krishnamurti'nin eğitim üzerine mektuplarını derleyen ve kitaplaştıran Walter Bernotat, kitabın önsözünde şunları yazıyor.

"Krishnamurti'nin ifadeleri bir öğreti değildir. Bir inancı desteklemek veya bir dine nedensel temel oluşturmak için bize yöneltilmemiştir. Çünkü Krishnamurti'nin keşfettiği hakikatler öğretilemez, geçerli cümleler olarak ortaya konamaz ve cümlelerle aktarılamazlar. Krishnamurti hiçbir zaman felsefî veya dinî yazıt incelemediği hâlde, ifadelerinin bir çoğu Lao Çe, Buda, İsa, Upanişadlar ve Zen'in rivayetleriyle benzerlik gösteriyor.

Belli ki insanların, geleneklere bakmaksızın her zaman keşfedebildikleri hakikatler var. Krishnamurti her birimizin şu anda bulabileceği bu özgürleştirici hakikate, usanmadan işaret ediyor." (Krishnamurti, Eğitim Üzerine Mektuplar: 8,9).

Krishnamurti'nin meditasyon anlayışı 'vipassana' ya da 'sezgi' meditasyonuna benzemektedir. 'Seçmesiz farkındalığı', 'düşüncesiz farkındalığı' önermekte ve 'konsantrasyonu' ya da 'samatha' meditasyonunu eleştirmektedir. Budizm'i eleştirmesine rağmen Buda'ya yakın olduğu hatta manevî olarak bağlantılı olduğu söylenebilir.

1922 yılında kardeşiyle birlikte geldiği Kaliforniya'nın Ojai bölgesinde, 27 yaşındayken önemli bir deneyim yaşamıştı Krishnamurti. İki hafta boyunca her gün yaklaşık otuz dakika meditasyon yapmıştı. Bu iki hafta sonunda ensesinde çok büyük ağrılar duymaya başladı. Öylesine duyarlı bir duruma gelmişti ki, en küçük sesleri bile algılıyordu. İçini bir ateş kaplamıştı. Bu hâli üç gün boyunca sürdü. Bahçedeki bir ağacın altında yaşadığı deneyimi, iki gün sonra kendi ifadesiyle şöyle açıklıyordu:

"Bay Warrington evin yakınındaki biber ağacının altına gitmemi söyledi. Orada bağdaş kurarak meditasyon yaptım. Bir süre böyle oturduktan sonra bedenimden çıktığımı duyumsadım. Ağacın narin, yumuşak yapraklarının altında oturduğumu gördüm. Yüzüm doğuya dönüktü. Bedenim önümde duruyordu ve başımın üzerinde parlak ve apaçık yıldızı görüyordum."

Krishnamurti bu deneyimi yaşadığında yanında

kardeşi Nityananda da vardı. O gün yaşadıklarını şöyle not almıştı :

"Yıllar önce Taormina'da Krishna, Buda'nın dilenci giysileri içindeki güzel bir resmine 'derinlere dalmış gözlerle baktığında', mutluluk dolu bir an, tanrısal Ulu Varlık'ı duyumsamıştık. Bu gece de Krishna, genç biber ağacının altında şarkısını bitirince, Bo ağacının altında oturan Buda'yı düşündüm. Ve yine, Krishna'yı daha önce kutsadığında olduğu gibi, huzur dolu vadiye bir ışık dalgası yayıldığını duyumsadım. Gözlerimizi ağaca dikmiş her şeyin yolunda olup olmadığını merak ediyorduk. Çünkü tam bir sessizlik egemendi. Bakarken birden ağacın üzerinde büyük bir yıldızın parladığını gördüm. Krishna'nın bedeninin Ulu Varlık için hazırlandığını anladım. Eğilip Bay Warrington'a yıldızı gösterdim. Her yer ulu bir varlıkla doldu." (Deniz Demirdöven ve Nurgül Demirdöven, Jiddu Krishnamurti: 15).

SONSÖZ

Günümüzde dünyada Budist yöntemleri uygulayan beş yüz milyonun üzerinde insan vardır. Hindistan'daki Budistler'in sayısı on milyonun üzerindedir.

Tayland, Kamboçya, Hindistan ve Sri Lanka gibi ülkelerde bazı Budistler "barış yanlısı toplumsal etkinlikler"in gelişmesinde önemli bir rol oynamaktadırlar.

Tayland ve Sri Lanka'da Budizm ile devlet arasında güçlü bağlar vardır.

Bütün önemli Budist okullar, Batı'da temsil edilmektedir. Seyahat ve iletişim teknolojilerinin "batılı psişe"nin özellikleri olduğunu bildiğimiz Batı'da, son yüzyılda Budizm'in kök salmaya başlaması Budizm'in tarihindeki "en dramatik olay" olarak yorumlanmaktadır.

1971 yılının 21 Martında, Amerika Birleşik Devletleri'nde Tassajara'daki Zen Dağ Merkezi'nde düzenlenen bir törenle Shunryu Suzuki, Dharma

mirascısı olarak Richard Baker'ı kendi yerine atamıştı. Baker, ustasının sunduğu cübbeyi şu şiirle kabul etmişti:

"Uzun bir zamandır sahip olduğum bu tütsü çubuğunu

Elsiz ellerimle

Bu tapınakların kurucusu olan

Ustam, dostum, Suzuki Shunryu Daisho'ya sunuyorum.

Yaptıklarının hiçbir ölçüsü yok.

Cübbelerimiz sırılsıklam.

Seninle birlikte Buda'nın çiseleyen yağmurunda yürüyoruz.

Fakat nilüfer (lotus) yapraklarının üzerinde

Hiçbir yağmur damlası kalmıyor."

(Shunryu : 12, 13. Huston Smith'in önsözünden).

"Hindistan, Budizm ve Uzak doğu ile İlgili Kilometre Taşları

M.Ö. 7000 – 4000 – Kuzeybatı Hindistan'da tarımın başlaması.

M.Ö. 4000 – 1700 – İndus Uygarlığı (Harappa, Mohenco – Daro)

M.Ö. 1500 – Hindistan'da Arîler'in semavî dininin yayılması. Varuna, Mitra, İndra isimli tanrılar var. Kastların yeniden düzenlenmesi.

M.Ö. 1500 – M.S. 200 – Çin'in büyük klasik metinlerinin, Cing'in yazılması.

M.Ö. 1000 – Japonya'da Şinto mitolojisinin başlaması.

M.Ö. 600 – 500 – Budizm'in kurucusu Buda; Caynacılık'ın kurucusu Mahavira; Taoculuk'un kurucusu Lao Tse; Konfüçyüsçülük'ün kurucusu Konfuçyüs bu dönemde yaşadılar.

M.Ö. 563 – 483 – Siddhartha Gotama Buda Sakyamuni'nin yaşamı.

M.Ö. 327 – 325 – Büyük İskender'in Hindistan'ı istilası.

M.Ö. 320 – 185 – Maurya İmparatorluğu.

M.Ö. 269 – 232 – Aşoka'nın hükümdarlığı.

M.Ö. 160 – M.S. 280 – Baktria Yunanlıları'nın ve barbarların kuzeybatıyı istilası.

M.Ö. 25 – Hindistan hükümdarı Asoka'nın Budizm'i kabul etmesi.

M.S. 100 – 600 – Budizm'in, Orta Asya ve Çin'e yayılması.

M.S. 320 – 500 – Gupta İmparatorluğu.

M.S.550 – 600 - Budizm'in Hunlar ve Göktürkler arasında ilgi görmeye başlaması.

M.S. 550 – 800 – Pallava İmparatorluğu'nun en parlak dönemi.

M.S. 600 – Budizm'in Japonya'ya girişi.

M.S. 606 – 647 – Harsa İmparatorluğu.

M.S. 629 – 700 – Budizm'in Tibet'e yayılması.

M.S. 700 - Uygurlar'ın Budizm'le tanışmaları.

M.S. 700 – 1192 – Kuzey Hindistan'ın küçük krallıklara bölünmesi.

M.S. 800 – Hindistan'da Budizm'in güç kaybetmeye başlaması ve yerini Vedacılık'tan esinlenen dinlerin alması.

M.S. 845 – Çin'de Budist tapınaklar ve manastırlar yıkıldı, topraklarına el konuldu.

M.S. 800 – 900 – Hindistan'ın batı kıyılarında ilk Müslüman yerleşimlerin başlaması.

M.S. 900 – 1200 – Çola Krallığı'nın en parlak dönemi.

M.S. 1000 – Hindistan'da Müslüman fetihlerinin başlaması.

M.S. 1200 – 1700 – Japonya'da Zen Budizmi'nin gelişmesi.

M.S. 1300 – Budizm'in Hindistan'da yok olmaya başlaması. Mahayana Budizmi'nde içerilen Brahmanizm, popüler Budizm'i içine çekmeye başladı.

M.S. 1300 sonrası – Çin'de Taoculuk, Konfüçyüsçülük ve Budizm birbirleriyle kaynaştı.

Bir Hikaye:

Büyük Zihnin Kılıcı

Dört yüz yıl önce olmuş bir olayı aydınlatmaya çalışıyordum.

O tarihlerde çay töreni ustası Rikyu ile büyük savaşçı Taiko Hideyoshi arasında büyük bir dostluk kurulmuştu. Savaşçı, çay ustasına derin bir saygıyla bağlıydı. Bir despotun sevgisi her zaman tehlikelerle doludur. Hele ihanetin hayli yaygın olduğu o dönemlerde insan kolay kolay kimseye güvenemezdi. Dalkavukluk ruhundan hiç nasibini almamış olan Rikyu birçok kez despotun görüşlerine karşı çıkmıştı. Böyle bir karşı çıkmanın ardından aralarındaki geçici soğukluğu fırsat bilen Rikyu düşmanları, onun Taiko'yu zehirlemek için bir komplo düzenlediği söylentisini yaydılar. Bu komplo teorisine göre Taiko, Rikyu'nun hazırlayacağı yeşil bir içecekle öldürülecekti. Hideyoshi'nin en ufak bir şüphesi bile idam demekti.

Öfkeli hükümdara kimse engel olamazdı. Rikyu'ya tek bir ayrıcalık tanınabilirdi: Kendini kendi eliyle öldürme onuru. Böylece Rikyu 1591 yılında efendisi Hideyoshi'nin emriyle harakiri yaptı. Yaşamını yitirmeden hemen önce "Büyük zihnin kılıcını elime aldığımda/Ne buda/Ne de atalar vardır" dediği söylenir. Büyük zihinle birlikte olduğumuzun bilincindeyken ikiliğin olmadığını belirten bir sözdü bu. Rikyu'nun çay törenlerinde hep ağırbaşlı bir ruh hâli açığa çıkmıştır. Hiçbir şeyi ikilik içindeki bir zihinle yapmadığı, her an ölüme hazır olduğu bilinirdi. Çay Töreninin ardından törenle öldü. Kendine yeni bir yaşam verdi. Bu yeni yaşam Çay töreni chanoyunun ruhudur. İşte biz de onun anısı önünde böyle saygıyla eğiliyoruz…

Büyük olay günü Japon çay ustası Rikyu en gözde beş öğrencisini son bir çay törenine davet etmişti.

Çay evinin çitle çevrili iç bahçesi ağaçlardan, çalılardan ve yere döşenmiş düzensiz bir düzenlilik içindeki taşlardan oluşuyordu. Güzel ve küçük bir bahçeydi. Bahçeye gelen konuklar ağaçların ürperdiğini, yaprakların hışırdadığını, ormandaki hayaletlerin kendilerine seslendiğini duydular. Her türlü toz ve gürültüden arındırılmış bu bahçe bir ormanın derinliklerindeymiş hissi uyandır-

maktaydı.

Bu bahçeyi boydan boya geçen ve bahçe girişini çay evine bağlayan bir patika vardı. Bu patikanın sonunda içi oyuk bir taş vardı. Konuklar bahçede beklerken ev sahibi Rikyu bu taşın içindeki suyu boşalttı ve taze su doldurdu. Suyun sesi ve sunduğu görünüm ortama tazelik ve saflık kattı. Eve girmeden önce misafirler bu suyla ellerini yıkayacaklardı.

Bahçedeki Yol olarak da bilinen patika, üzerinde yürüyenlerin cismanî yaşamın ötesindeki bir evrene geçmelerine yardımcı oluyordu. Ev sahibinin de konukların da bir çay töreninden önce ilk yapmaları gereken şey yeryüzünün tozlarından arınmaktı. Rikyu bu patikaya çiyli zemin anlamına gelen Roji adını vermişti. Budist metinlerden Lotüs Sutra'da geçen hikâyelerden birinde bir baba, alevler içindeki evinde bağrışan ve sağa sola kaçışan çocuklarına, Roji'ye sığınmaları için yalvarır. Alevler içindeki ev egoya bağımlılık ve cehaletin sebep olduğu varoluşsal acıyı simgeler. Çay töreni uygulayıcıları Roji'yi "dünyanın yükünden kurtuldukları yer" olarak görürler. Zen uygulayıcıları için meditasyona girişin ilk adımı olan kendinin bilincine geçiş yeridir. Bu patika üzerinde yürüyen yolcunun dış dünyayla her türlü bağı kesilir, zihni "klesha"lardan temizlenir.

Yolcu çay odasında alınacak estetik zevke hazırlanır. Patika bir yenilenme duygusunu simgeler.

Bu patikada yürürken Roshi, sık yapraklı ağaçların gölgesinde, yosun kaplı granit fenerlerin arasında ilerlerken ve çam iğnelerinden oluşan bir hâlıyla kaplı, düzenli bir düzensizlikle sıralanmış aralıklı taşların üzerinde gezinirken, zihninin sıradan düşüncelerden sıyrıldığını hissederdi.

Japon çay ustaları böylesine huzurlu ve duru bir ortam yaratabilmek için büyük bir ustalık gösterirler. Her çay evinin bahçesindeki patikanın bıraktığı etki farklıdır. Kendisini düzenleyen ustaya ve onun o günkü tutumuna göre değişmektedir. Rikyu o gün Roji'yi düzenlerken, tam bir tek başınalık etkisi yaratmaya çalışmıştı. Kendi patika düzenleme sırrını eski bir şarkıdan aldığını söylerdi: İleriye doğru baktığımda/Ne bir erik çiçeği/Ne alaca yapraklar/Sazdan bir kulübe tek başına kumsalda/Güz akşamının soluk ışığında.

Yakılan tütsü çubuklarının kokusu çay odasından patikaya ve bahçeye yayılıyordu. Genellikle birbirleri arasında konuşan konuklar bugün sessizdiler. Usta, isimleriyle seslenerek her birini teker teker içeriye davet etti. Patikadan geçerken ellerini yıkadılar.

Çay odasının giriş kapısının iki yanındaki gri taş fenerler nöbetçiye benziyordu. Her biri eğilerek

ve kılıçlarını çıkartarak eğilerek geçilen kapıdan geçtiler. Çay töreninin özünü dile getirmek için sadece bu mimari özellik bile yeterliydi. Basamaklı dar kapıdan geçmeden önce hükümdarlar bile kılıçlarını çıkarmak zorundaydılar. Böylece rütbe ve sınıf farkı ortadan kalkıyordu. İnsana yalnızca insan olduğu için saygı duyulan sınıfsız bir ortam yaratılıyordu. Dört buçuk hasır genişliğindeki çay odasını kulübeye dönüştüren Rikyu, odayı bu basık girişle tamamlamıştı.

Çay evinin içi o günkü tören için büyük bir özenle temizlenip hazırlanmıştı. Evin temizliği kalbin ve ruhun temizliğini simgelediğinden konuklar gelmeden önce geçecekleri patika iyice yıkanmış, evin içi temizlenmiş ve tütsü çubukları yakılmıştı. Çay töreni uygulaması, hayatın içindeki bir insan olarak sahip olduğumuz özü gerçekleştirmek, bu görevin gerektirdiği titizliğin farkında olmak ve görevi yarına ertelememek üzerine kuruluydu. En küçük bir ayrıntı bile dikkatle gözlemlenirdi: Mevsime özgü çiçek, taşın üzerine dökülen suyun sesi, akşamın alaca karanlığa dönüştüğü an.

Japon evlerinde konukları onurlandırmak için kaligrafilerin ve çiçeklerin konduğu şeref köşesinin (tokonoma) en yetkin örnekleri Zen tapınaklarındaki sunaklardır. Rikyu o günkü ana temaya uy-

gun olarak (bir görüşe göre) tokonomaya : "Zevk alırız/Büyük Zihnin açılımı olan/Yaşamın her anında", yazılı bir kaligrafi asmıştı. Bu kaligrafinin önündeki Song döneminden kalma nadide bir bronz vazoya tek bir gündüz sefası konmuştu. Burada insan en küçük bir dünyevî ya da uhrevî kaygıya kapılmadan güzeli seyretmeye kendini verebilirdi. Zen keşişlerinin hazırladığı kaligrafilere büyük saygı gösterilirdi. Rikyu bir gün şöyle demişti: Hiçbir nesne kaligrafi rulosu kadar büyük anlam taşımaz. Onu seyrederken ev sahibi ve konuklar bir ruh bütünlüğüne varırlar. Chanoyu Samadhi ile kendilerini gerçekleştirirler. Bunlar arasında Zen keşişlerinin hazırladıkları, diğerlerinin önüne geçer. Onları seyrederken, çizilmiş sözcüklere en büyük saygıyı duyan, kaligrafın, öğrencilerin ve ataların erdemini tadar.

Zen sözcüğü ve Çin Zeni anlamına gelen Chan, sanskritçe sözcük Dhayana'dan türemişlerdi. Bodhidharma, Çin Zeni Chan'ın ilk rahibiydi. Çay töreni, Bodhisatva'nın tasviri önünde toplanan ve ona çiçeklerle tütsü sunan keşişlerin aynı kâseden sırayla çay içmeleri esasına dayanan Chan töreninden doğmuştu.

Konuklar en ufak bir gürültü bile yapmadan, belirli bir sıraya göre, teker teker çay odasına girdiler. Tokonomayı süsleyen kaligrafiyi ve önündeki

çiçeği saygıyla selâmlayıp seyrettikten sonra gönderilen mesajı okuyan birer kral gibi kendilerine ayrılmış yerlere oturdular. Tüm davetliler yerlerine yerleştiler. Döküm mangalda kaynayan suyun fokurtularının kapladığı bir sükûnet içinde meditasyon yaptılar. Mangalda kaynayan suyun fokurtularına değişik sesler katmak için Rikyu, suyun içine demir parçaları koymuştu. Bu yüzden zaman zaman bir çağlayanın yankısı, bazen kıyıya çarpan okyanus dalgalarının sesi, bazen bir bambu ormanını yıkayarak geçen sağanak, bazen de karşı tepelerdeki çam ağaçlarının iç çekişleri duyuluyordu.

Eğimli çatısı güneşi engellediğinden, çay odası gün ortasında bile loş ve serin olurdu. Zeminden tavana kadar solgun bir renk uyumu vardı. Davetliler açık pastel renginde kimonolarını giymişlerdi. Uyum, saygı, saflık ve dinginlik kurulduktan sonra ev sahibi Rikyu odaya girdi. Sessizliği ve saygıyı bozmadan yerine oturdu.

Harlı ateşin üzerinde kaynayan çaydan doldurulan kâse elden ele dolaşmaya başladı. Kâsenin sıcaklığıyla birlikte elden ele dolaşan ölümsüzlük suyuydu sanki. Hayatın üç incisi üzerine tefekkür ediyorlardı: merhamet, sadelik ve tevazu. Çay töreni odadaki herkese kendi kendileriyle buluşabildikleri bir ortam sunuyordu. Bu dinginlik, gün-

delik koşuşturmaların ve kaygıların arasında kısa bir soluklanma anı değildi, geçici bir huzur anı değildi. Dinginlik anlamına gelen jaku, Budistler için kör tutkuların ve acının tükenişiyle hakikate uyanmak anlamına gelen Nirvana'yı ifade ediyordu.

Kâseden son yudumu alan Usta oldu.

Sessizliği bozan en hatırlı konuk, çay servisi takımlarını incelemek istedi. Usta servis gereçlerini ve kakemonoyu konuklarının önüne çıkardı. Konuklar hayranlıklarını dile getirdiler. Usta kendisinden bir hatıra olarak saklamaları için bu parçaları teker teker konuklarına hediye etti. Çay kâsesini kimseye vermedi. Herkes merakla bakarken, "Talihsizliğin dudaklarıyla kirlenen bu kâse artık kimseye hizmet edemesin" diyerek, sol eline aldığı kâseyi sağ elinin keskin yanıyla tek vuruşta kırdı.

Tören artık sona ermişti. Gözyaşlarını güçlükle zapteden konuklar birer birer ustayla vedalaşıp odadan çıktılar.

Son dakikalarında kendisine eşlik etmek için en yakını ve en sevdiği öğrencisi yanında kaldı. Rikyu adıyla bilinen çay ustası Sen no Soeki açık pastel renkli kimonosunu çıkarıp özenle katladı. Ölüme gidenlerin giydiği beyaz kimonosuyla kaldı. Kılıcını eline alıp tokonomanın önünde

dizlerinin üzerinde çökerek oturdu. Son bir kez kaligrafiyi ve çiçeği seyretti. Sunağın önünde iki eliyle tuttuğu kılıcın keskin parıltısını seyrederken ağzından nefis dizeler döküldü: Büyük Zihnin kılıcını elime aldığımda/Ne Buda ne atalar vardır.

Japon çay töreni ustası Sen no Soeki büyük sessizliğe geçerken gülümsüyordu.

İleriye doğru baktığımda/Ne bir çiçek/Ne alaca yapraklar/Sazdan bir kulübe kumsalda tek başına/Güz akşamının soluk ışığında.

(E Dergisi, Mart 2003. Cengiz Erengil)

SÖZLÜK

Aham Brahmasmi / Tat twam asi:Ben Brahma'yım / Sen de O'sun. (Upanişadlar)

Ahamkara: Ego, benlik. Benlik aşıldığı zaman karma yasasının işleyişi, bu bilinç düzeyindeki insan için geçerli olmaktan çıkıyor. Karma'nın etkisinden kurtulan, 'samsara' denilen doğum-ölüm döngüsünün de dışına çıkmış oluyor.

Arhat /Arahant: Dördüncü ve son seviyede Nirvanayı gerçekleştirerek; bütün zincirlerden, kirlerden ve saflığı bozan her şeyden özgürleşmiş, yeniden doğmaktan da özgürleşmiş olan. (Budizm'de özellikle Hinayana geleneğinde.)

Ariya Athangika/Magga: Sekiz Katlı Soylu Yol.

1.Samyag Drishti : Doğru ve tam görüş.

2.Samyag Samkalpa : Doğru ve tam anlayış.

3.Samyag Vak : Doğru ve tam konuşmak.

4.Samyag Karmanta : Doğru ve tam aksiyon.

5.Samyag Ajiva : Doğru ve tam hayatını kazanma yolları. İlkelerle iş yapmaktır.

6.Samyag Uyayama : Doğru ve tam çaba uygulamak.

7.Samyag Smriti : Doğru ve tam farkındalık.

8.Samyag Samadhi : Doğru ve tam uyanıklık.

Ariya Sacca: Dört Soylu Hakikat. (Budizm'de.)

1.Dukha : Bütün varoluş biçimleri ve özellikle insan varoluşu acı çekmeyle karakterize edilir.

2.Samudaya : Acının nedeni arzular ve tutkulardır.

3.Nirodha : Arzu ve tutkuların kaynaklarının kurutulmasıyla acı sona erdirilebilir.

4.Magga : Arzu ve tutkuların kaynaklarını kurutacak olan, Sekiz Katlı Soylu Yol'un uygulanmasıdır.

Arîler/Aryans: Milattan önce 1500 ile 1000 yılları arasında Hindistan'a gelip İndus Vadisi Arîler.ne Kuzey Hindistan'a ve son olarakta Ganj Ovası Arîler.na yerleştiler ve buraya 'Arîler Arîler'in Anavatanı' anlamına gelen 'Aryavarta' dediler. Hindistan'a kast sistemini getirdiler.

Atman: (Pali dilinde Atta), ruh (soul), kendilik (self), benlik (ego). Upanişadlar'da kendi özünü kavrayan kişinin Brahma ile bütünleştiğine, Tanrı ile bir olduğuna inanılır.

Bodhi tree, Bo tree: Bilgelik-hikmet ağacı Sidhartha Gotama'nın altında aydınlanmaya eriştiği büyük incir ağacı.

Bodhisatva: Bütün canlı varlıkları aydınlanmaya ve özgürlüğe ulaştırmaya kendini adamış olan. (Budizm'de, özellikle Mahayana geleneğinde.)

Bojjhanga: Aydınlanmanın yedi unsuru:

1.Sati, smriti : Farkındalık

2.Dharma vicaya : Dharma'yı tefekkür etmek.

3.Viriya : Manevi enerji.

4.Piti : Sevinç

5.Passadhi : Sakinleşmek.

6.Samadhi : Uyanıklık.

7.Upekha : Yaşamı bütünüyle kabul etmek.

Brahma: En üst varlık, evrenin yaratıcısı.

Brahma Vihara: Meditasyonda odaklanılan konular olan Dört Latif Hâl:

1.Metta : Evrensel sevgi.

2.Karuna : Merhamet.

3.Mudita : Sempatik sevinç.

4.Upekkha : Yaşamı bütünüyle kabul etmek.

Brahmanirvana: En üst varlığın içinde erimek, yok olmak. Tasavvuftaki 'fenafillah' ile karşılaştırılabilir.

Brahmanlar: Keşişler ve din adamları. Tenleri beyazdır.

Buda doğası: Sidhartha Gotama, Bo ağacının altında aydınlandığında 'Her şeyde ve her bireyde Buda doğasını görmek ne kadar harikulâde' demişti. Zen meditasyonunun amacı insanın, içindeki Buda doğasını açığa çıkartmasıdır. Zen Budizm'de yaşamın amacı ise insanlara ve tüm evrene içindeki Buda doğasını gösteren bir şekilde yaşamaktır. Her şeyin içindeki Buda potansiyeli anlamına gelen tathagatagarbha fikriyle (Mahayana Budizmi'nde) bağlantılıdır.

Buda ya da Budha: Uyanmış olan, aydınlanmış olan. Özel isim olarak kullanıldığında Sidhartha Gotama'yı ifade eder.

Chitta: Zihin.

Civanmukti: Bedenli olarak bu dünya yaşarken özgürlüğe, kurtuluşa, mutluluğa erişenlere denir.

Deity: Meleksi varlık

Deva (Deity): Bir göksel varlık, deyti.

Dhamma/Dharma: (Sanskritçe'de Dharma): Hakikat, öğreti, doktrin, doğruluk, vicdanlılık, ahlâklılık, adalet, bir şeyin doğası vb.

Dharmakaya : Theravada Budistleri. Sidhartha Gotama üzerinde yoğunlaşırlar. Mahayana Budistleri ise Budalık üzerinde yoğunlaşırlar ve trikaya (üç beden) anlayışına sahiptirler. Birinci beden 'nirmanakaya', Buda'nın dünyevî bedenidir. İkinci beden 'sambhogkaya' göksel bedenidir. Üçüncü beden, 'dharmakaya' ise saltık, biçimsiz, etkilenmeyen hakikat bedenidir. Herkes bir Buda olma şansına sahiptir.

Dhyana: İleri seviyede meditasyon uygulamasında erişilen bir zihin hâli.

Dukha : Acı çekme.

1.Dukha dukha : Sıradan acı çekme.

2.Viparinama dukha : Değişimlerden dolayı acı çekme.

3.Samkhara dukha : Koşullanmalardan dolayı acı çekme.

Ehi passika: "Gel ve gör". Buda'nın öğretisini betimleyen bir söz.

Guru: Yol gösterici.

Hinayana: Küçük Araç. Küçük Yol

Jainism (Caynacılık): Mahavira (Büyük Kurtarıcı) adıyla tanınan Vardhamana'nın kurucusu olduğu Cayna Dini. Üç incisi "doğru İman", "doğru bilgi" ve "doğru davranış"tır.

Kamma: (Sanskritçede Karma). İradî aksiyon edim. Budist karma fikri, "edimlerimizin sonuçları vardır" şeklinde tanımlanabilir.

Kamma phala: Kamma vipaka:Bir aksiyonun, edimin meyvası ya da sonucu.

Karuna: Merhamet.

Kilesa: (Sanskritçede Klesha). Zincirler, kirlilikler, tutkular, duygusal psişik bulaşıklıklar.

Koan: Paradoksal soru

Kşatriyalar: Krallar, savaşçılar ve soylular. Tenleri kırmızımsıdır.

Mahabharata: Kutsal sayılan bir Hint destanı. Ondokuzuncu yüzyıla kadar yazıya çevrilmeden kulaktan kulağa aktarılmıştı. Kötü ruhlar (kurus) ile iyi ruhlar (pandus) arasındaki çatışma üzerine dayalıdır.

Mahayana: Büyük Araç. Büyük Yol

Mandalalar: Kendisi vasıtasıyla meditasyon yapılan resimler

Mantralar: Meditasyon da zikredilen kelimeler

Mara: Mitolojik bir varlık

Maya: Yanılsamalar (illusion) dünyası. Algılarımız gerçekliği bütünlüğü içinde yansıtmadığında, zihinlerimizde eksik ve çarpıtılmış algılarımızdan kaynaklanan birer "yanılsamalar dünyası" oluşuyor. Algı kapıları, algı filtreleri temizlendiği takdirde her şey insana gerçek durumuyla, "ne ise o olarak" görünür.

Mudra: Ellerin ve parmakların duruş şekilleriyle oluşturulan semboller.

Nama rupa: İsim ve biçim. Zihinsel ve fiziksel enerjiler.

Nirvana: Palice Nibbaha. Budist summum bonum ilkesi. En Son Gerçeklik. Saltık Hakikat.

Nissarana: Sözel (literature) olarak 'dışına çıkmak'. Özgürlük, kurtuluş. Aydınlanmak zihnimizi zincirleyen bağlardan kurtulmaktır. (Upanişadlar)

Pancakkhandha: Kendiliği (self) oluşturan beşli demet.

1.Rupa : Fiziksel beden ve duyu organları.

2.Vedana : Duyusal veriler ve zihin.

3.Sanna : Algı.

4.Manas, sanskaras : Zihinsel oluşumlar, koşullanmalar.

5.Vinnana : Bilinç. Nirvana'ya ulaşmadıkça, bilinç yeniden doğumların nedeni olur.

Budist psikolojiye göre, sabit ve değişmeyen bir kendi (self), ruh (soul) ya da benlik (ego) olarak adlandırılan bir şey yoktur. Her şey değişmektedir.

Piti : Sevinç.

Punna: (Sanskritçe'de Prajna): Bilgelik.

Samadhi: Budist samadhi'nin :

1.Birinci evresi saf düşünceler, anımsama, meditasyon.

2.İkinci evresi düşüncenin durdurulması ve kontamplasyon; sevinç ve huzur bilinci.

3.Üçüncü evresi, sessizlik ve sakinliğin yaşanması.

4.Dördüncü evresi, insanın ego yükünden özgürleşmesidir.

Samatha: Yoğunlaşmak, sakinlik.

Samatha: Konsantrasyon meditasyonu

Sangha: Budist Cemaat.

Sanskar(lar): İnsanın karakterinin temelini oluşturan özellikler, huylar, mizaç

Sari: Budist rahiplerin giydiği sarı renkli elbise

Sati: Farkındalık.

Shruti: Sözel olarak 'işitilen' anlamına gelir. Vahyedildiğine inanılan sözlerdir. Hiçbir şekilde değiştirilmeden kulaktan kulağa aktarılmışlardır. Rishiler tarafından işitilmişlerdir. Veda ve Upanişadlar'ı içerirler. Yalnız anlamları değil, biçimleri de ebedîdir.

Şudralar: Köylüler, işçiler ve hizmetçiler. Tenleri koyu esmerdir.

Shunyata: Boşluk.

Sila: Safiyet, ahlâklılık, erdem.

Smriti: Sözel olarak 'hatırlanan' anlamına gelir. Tarihsel ve insanî yazılardır. Mahabharata ve Ramayana gi-

bi destanları içerir.

Sukha: Mutluluk.

Sutra: Temel metinler

Theravada: "Eskilerin Okul Sistemi". Budizm'in ortodoks ve orijinal biçimi olarak kabul edilir. Özellikle Seylan, Burma, Tayland, Laos ve Chittagong'da uygulanmaktadır.

Tisarana: Üç Sığınma Yeri : 1. Buda, 2. Dharma, 3. Sangha.

Tripitaka: Üç Sepet. Budist doktirini öğretileri yazıldıkça, temalarına göre farklı sepetlere konulduğu için bu adı almıştır. Bölümleri :

1.Vinaya pitaka : Ahlâkî İlkeler/Disiplin Kitabı.

2.Sutta pitaka : Öğreti Kitabı (Dhammapada'yı içerir.)

3.Abhidhamma Pitaka : Felsefe ve Psikoloji Kitabı.

Upanişadlar: Sözel olarak bir grup öğrencinin, öğretmenlerinin dizinin dibine oturmalarını ifade eder. Hindu felsefesinin kaynaklarından sayılan Sankritçe yazılarından oluşur. Klasik sayılan onüç yazı, milattan önce 800 ile 400 tarihleri arasında yazılmışlardır.

Vaişyalar: Ticaret ve zanaat ile uğraşanlar. Tenleri sarımsıdır.

Vajrayana: Elmas Araç. Elmas Yol

Varna: Dört temel kast: Brahmanler, Kşatriyalar, Vaişyalar, Şudralar ve bu kastın dışında tutulan Paryalar. Varna aynı zamanda 'renk' anlamına da gelmektedir. Sidhartha bu ayrımcılığa karşı çıkmıştır.

Viparinama: Değişim, dönüşüm.

Vipassana: Sezgi.

Vipasyana: Sezgi meditasyonu

Zazen: Meditasyon

KAYNAKÇA

Alan W. Watts, The Way of Zen, Arkana Penguin Books, London, England, 1990.

Allan W. Watts, Zen Yolu, Çev: Sena Uğur, Şule Yayınları, İstanbul, 1998.

Alan Watts, Mutluluğun Anlamı, Çev: Semih Aközlü, İmge Kitabevi, Ankara, 1992.

Alan Watts, Taoculuk Zen ve Batı Kültürü, Çev: İlhan Güngören, Yol Yayınları, İstanbul, 1985.

Alan Watts ve Al Chung Liang Huang, Suyun Yolu Tao, Türkçesi : Ela Gürdemir, Dharma Yayınları, İstanbul, 2001.

Ananda Coomaraswamy, Hinduizm ve Budizm, Türkçesi : İsmail Taşpınar, Kaknüs Yayınları, İstanbul, 2000.

Asaf Halet Çelebi, Buda, Batı Yayını, 1946.

Bukkyo Dendo Kyokai, The Teaching of Buda, Kosaido Printing Co, Ltd, Tokyo, 1984.

C.G. Jung, Doğu Metinlerine Psikolojik Yaklaşım, Çev: Ahmet Demirhan, İnsan Yayınları, İstanbul, 2001.

C.G. Jung, Jung on the East, Edited by J.J. Clarke, Routledge, London, England, 1995.

Cemil Sena Ongun, Buda ve Konfuçyüs, Tefeyyüz Kitapevi, İstanbul, 1941.

Cengiz Erengil, Krishnamurti ve Philosophia, Geliştirilmiş İkinci Baskı, Ayna Yayınevi, İstanbul, 2002.

Chuang Tzu, Taoculuk Üzerine Meseller – Diyaloglar, Çev: Ömer Tulgan, Yol Yayınları, İstanbul, 1996.

Dalai Lama, The Transformed Mind, Coronet Books, London, 2001.

Dalai Lama, Yeni Binyılın Değerleri, Türkçesi : Emin Sınır, Dharma Yayınları, İstanbul, 2001.

Dalai Lama, Dört Yüce Gerçek, Çeviren : İzzet Karaağaçlı, Zvi-Geyik Yayınları, İstanbul, 2001.

Deniz Demirdöven ve Nurgül Demirdöven, Jiddi Krishnamurti, Ayna Yayınevi, İstanbul, 2003. (Ücretsiz dağıtılan bir broşür.)

D.T. Suzuki, Studies in Zen, A Delta Book, New York, USA, 1955.

D.T. Suzuki, Zen Budizm Seçme Yazılar, Çev : İlhan Güngören, Yol Yayınları, İstanbul, 1979.

D.T. Suzuki, Zen, Derleyen ve Çev: Armağan Birgil, Okyanus Yayıncılık, İstanbul, 1995.

Erich Fromm, D.T. Suzuki and Richard De Martino, Zen Buddhism and Psychoanalysis, A Condor Book, London, England, 1974.

Erich Fromm, Psikanaliz ve Zen Budizm, Çev: İlhan Güngören, Yol Yayınları, İstanbul, 1981.

Fernand Schwarz, Kadim Bilgeliğin Yeniden Keşfi, Çev: Ayşe Meral Aslan, İnsan Yayınları, İstanbul, 1997.

Gillian Stokes, Buda A Beginner's Guide, Hodder and Stoughton, London, England, 200.

İbrahim Sümer, Lotus'un İçindeki İnci, Karakutu Yayınları, İstanbul, 2002.

İlhan Güngören, Buda ve Öğretisi, Yol Yayınları, İstanbul, 1981.

İlhan Göngören, Zen Budizm, Yol Yayınları, İstanbul, 1995.

Jiddu Krishnamurti, On Mind and Thought, Harper San Francisco, New York, USA, 1993.

Jiddu Krishnamurti, Zihin ve Düşünce Üzerine, Çev: Cengiz Erengil, Ayna Yayınevi, İstanbul, 1999.

Jiddu Krishnamurti, Tanrı Üzerine, Çeviren: Deniz Demirdöven, Ayna Yayınevi, İstanbul, 2000.

Jiddu Krishnamurti, Eğitim Üzerine Mektuplar, Çeviren: Buket Dilden, Arion Yayınevi, İstanbul, 1994.

John Powers, A Concise Encyclopedia of Buddhism, Oneworld Publication, Oxford, England, 2000.

John White, What Is Enlightenment?, Paragon House, New York, USA, 1995.

John White, Aydınlanma Nedir?, Çev: Cengiz Erengil, Ayna Yayınevi, İstanbul, 2002.

Juan Mascaro, Dhammapada Gerçeğe Giden Yol, Çev: Mehmet Ali Işım, Barış Dağıtım Yayınları, İstanbul, 1982.

Juan Mascaro, The Dhammapada, Penguin Book, England, 1973.

Klaus K. Klostermaier, A Concise Encyclopedia of Hinduism, Oneworld Publications, Oxford, England, 1998.

Konfüçyüs, Konuşmalar, Çeviren : Muhaddere Nabi Özerdim, Cumhuriyet Dünya Klasikleri, İstanbul, 2000.

Kulalanda, Principles of Buddhism, Thorsons, London, Great Britain, 1996.

Lao Tzu, Tao Te Ching – Yol ve Erdemin Kitabı, Çeviren ve Yorumlayan : Osman Yener, Anahtar Kitaplar Yayınevi, İstanbul, 1998.

Lydia Brüll, Japon Felsefesi, Çev: Mustafa Tüzel, Kabalcı Yayınevi, İstanbul, 1997.

Matsuo Başo, Kuzeye Giden İnce Yol, Çev: Coşkun Yerli, Yapı Kredi Yayınları, İstanbul, 1994.

Matsuo Başo, Haiku, Derleyen ve Çeviren : Oruç Aruoba, Varlık Yayınları, İstanbul, 1998.

Mehmet Ali Işım, Upanişadlar, Dergah Yayınları, İstanbul, 1976.

Mel Thompson, Buddhism, Teach Yourself Book, Hodder and Stoughton, London, England, 2000.

Nyogen Senzaki and Ruth Strout McCandless, Budizm ve Zen, Türkçesi : Nur Yener, Okyanus Yayıncılık, İstanbul, 2001.

Okakura Kakuzo, Çayname, Çev: Ali Süha Delilbaşı, Remzi Kitabevi, İstanbul, 1944.

Okakura Kakuzo, Çay Kitabı, Çev: Ayça Ögel, Anahtar Kitaplar Yayınevi, İstanbul, 2001.

Paul Carus, Buda'nın Öğretisi, Çev: Teoman Uçgun,

Ruh ve Madde Yayınları, İstanbul, 1984.

Ramm Dass, Aydınlanmaya Giden Yol, Çev: Zafer Bozkaya, Okyanus Yayıncılık, Ankara, 1998.

Reşid Rahmeti Arat, Eski Türk Şiiri, Türk Tarih Kurumu Basımevi, Ankara, 1991.

Roger N. Walsh and Frances Vaughan, Beyond Ego, Jeremy P. Tarcher INC, Los Angeles, USA, 1980.

Roger N. Walsh ve Frances Vaughan, Ego Ötesi, Çev: Halil Ekşi, İnsan Yayınları, İstanbul, 2001.

Roger Walsh and Frances Vaughan, Paths Beyond Ego, Tarcher / Putnam books, New York, USA, 2001.

Rosemany Goring, Dictionary of Beliefs and Religions, Worldsworth Reference, Great Britain, 1995.

Sheng Yen, Buda Zihnini Kazanmak, Türkçesi : Yılmaz Akgünlü, Okyanus Yayıncılık, İstanbul.

Shunryu Suzuki, Zen Zihni Başlangıç Zihnidir, Çev: Cem Şen, Dharma Yayınları, İstanbul, 1995.

Thich Nhat Hanh, Buda'nın Öğretisi, Türkçesi : Nur Yener, Okyanus Yayıncılık, İstanbul, 2002.

Walpola Rahula, What The Buda Taught, Oneworld Publications, Oxford, England, 1998.

Walter Ruben, Eski Metinlere Göre Budizm, Hazırlayan: Lütfü Bozkurt, Okyanus Yayıncılık, İstanbul, 2000.